

પૂછ્યું અને કહ્યું



લેખક. વૈદ્ય જાદવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી

પુત્રદા અને પારણું

સ્ત્રીઉપયોગી અત્યંત રસદાયક પુસ્તક કે જેમાં સામાજિક જીવન સાથે વૈદક વિષયને વણી લેવામાં આવ્યો છે. પાંચ વરસની બાળકીથી માતા અને ત્યાંસુધીની તેની હરેક ભૂમિકાને યોગ્ય ન્યાય આપી ઉત્તમ ચર્ચા કરવામાં આવી છે. તેની સાથે અનુભવસિદ્ધ અમૂલ્ય ઉપાયો આપી પુસ્તકની ઉપયોગિતા વધારી દીધી છે. હસો પાનાંનું પાકા બાઇન્ડીંગ અને ત્રિરંગી ચિત્ર સાથે ઉત્તમ જેકેટ : અંતઃબાહ્ય સુંદર સગવડ.

કીંમત માત્ર રૂા. ૨-૦-૦

પોસ્ટેજ અલગ

લખો:-

વિશાળ ઔષધ ભંડાર

પાટડી, જી. અમદાવાદ

ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

| ગૂજરાતી કૌપીયરિટ વિભાગ |

અનુક્રમાંક ૨૨૮૫૪ કિંમત ૧.૮૦૦

ગ્રંથનામ પૂજ્યું અને હુડું

વર્ગિક ઉદ્ધ : ૪ : ૬

પૂછ્યું અને કહ્યું

[પ્રથમ ભાગ]

લેખક અને પ્રકાશક :

વૈધ બહવળ નરભેરામ શાસ્ત્રી

અનુશ્રુત યોગાવલી : સંતતિસંયમન : શીતળા : ચંદ્રોદય
ઔષ્ધે શું? : રખે વહેમાતા : નવ દંપતિને : પુત્રદા અને
પારણું : વીણેલાં : બા અને બાળક : વગેરેના લેખક અને
સંપાદક : વિશાળ ઔષધ ભંડાર

પાટલી. (જી. અમદાવાદ)

પ્રથમા વૃત્તિ

સંવત ૧૯૬૭

પ્રત ૧૦૦૦

સને ૧૯૪૧

મુલ્ય રૂ. ૧-૮-૦

અંતઃસ્વામીત્વના સર્વલક્ષ
લેખકને સ્વાધીન છે.

૩૩. ૪ : ૬

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય
૨૨૬૫૪ -

સાચો, સ્પષ્ટ, સરલ અને સુમધુર સલાહકાર
માનવીને માર્ગદર્શક બની, તેના મનમાં અપ્રતિમ,
અદ્ભુત અને અનેશે આત્મસંતોષ પ્રકટાવે છે.

મુદ્રક : ચંદુલાલ જોડાલાલ બા.સ.
મુદ્રણસ્થાન : સ્વામી મુદ્રણાલય : રાણપુર

અર્પણ

卐

કોને કહું ? ખરી રીતે તો તન-મનનાં
દુઃખીયાં જે માનવીઓએ વિધવિધ
પ્રકારના પ્રશ્નો પૂછી,
મારી પાસેથી તેના જવાબોની પ્રતીક્ષા કરી છે,
તે પ્રશ્નક બંધુ-ભગિનીઓ

અર્પણનાં ખરાં હક્કદાર છે.
તેમને તથા તેમના જેવાં માનવીઓને
આ ગ્રંથ અર્પણ હો.

વૈદ્ય જલદલ નરભેરામ શાસ્ત્રી

દિ ગ્ દર્શન



જ્ઞાનપ્રાપ્તિની ધ્વજા સજીવ સૃષ્ટિમાં નાનાથી મોટા દરેકને રજા કરે છે. જ્ઞાન એ જ જીવનની પ્રગતિને સિદ્ધ કરનારું સમજાય છે. અને આપણે તે જ્ઞાનપ્રાપ્તિની ઉંડાણમાં ઉતરીએ છીએ ત્યારે તેમાં રહેલું વિશિષ્ટ પ્રકારનું જ્ઞાન-વિજ્ઞાન આપણને દિવ્ય દૃષ્ટિ આપે છે. એ વિજ્ઞાન અત્યારે પોતાના બાહુને ફેટલા બધા વિસ્તારી રહ્યું છે તે આપણે જોઈએ છીએ. એવી કાંઈ પણ દિશા બાકી રહી નથી કે ન્યાં વિજ્ઞાનની વિશાળ દૃષ્ટિ પડી ન હોય.

પરંતુ જે વિજ્ઞાન અત્યારે આખાય જગતમાં અડધીમાં અડધી ગણાતાં પ્રકાશનાં કિરણો કરતાંયે અધિક વેગથી વિસ્તાર પામી રહ્યું છે, તે વિજ્ઞાનનું મૂળ કયે સ્થળે છે ? ‘મન एव मनुष्याणां कारणं बन्ध मोक्षयोः’ માનવજાતિના બંધન અને મુક્તિનું કારણ મન છે, અને તેથી જ સમજી શકાય છે કે વિજ્ઞાનનું મૂળ પણ એ મનમાં જ છે.

એ તો અનુભવથી સિદ્ધ થયેલી વાત છે કે મનમાં તરંગો હોય છે, મન અવનવી કલ્પના કરે છે, મન જુદા જુદા તર્કો કરે છે,

અને આગળ વધીને મન બિન્ન બિન્ન અનુમાનો દ્વારા પોતાના તર્કની, પોતાની કલ્પનાની, પોતાના તરગોની કસોટી કરે છે. એટલે જગતમાં સર્વોપરિ સત્તા જે કાંઈની ચાલતી હોય તો તે એક મનની જ છે. આખા બ્રહ્માંડમાં એવી કાંઈ ચીજ નથી કે જેનો વેગ મનના વેગ કરતાં વધારે હોય.

ખગોળવેત્તાઓ જણાવે છે કે પ્રકાશનો વેગ એક સેકન્ડનો એક લાખ અને છાશી હજાર માઇલનો છે. એ ગણતરીને આધારે તેમણે પ્રકાશ-વર્ષનો પણ નિર્ણય કર્યો છે. તેઓ જણાવે છે કે બ્રહ્માંડમાં કેટલાક તારા તો આપણી પૃથ્વીથી એટલા દૂર છે કે એ તારાના પ્રકાશને ત્યાંથી નિકળીને આપણી પૃથ્વીપર પહોંચતાં એક સેકન્ડના ૧ લાખ ૮૬ હજાર માઇલની ગતિથી ચાલતાં ૨૦૦ વર્ષ લાગે છે. અર્થાત્ એ તારા આજથી બસો વર્ષ પહેલાં પ્રકાશેલા, એ પ્રકાશ અત્યારે આપણે જોઈએ છીએ, અને તેમનો આજનો પ્રકાશ તો આજથી ૨૦૦ વર્ષ પછી આપણી પૃથ્વીપર વસતાં માનવીઓની દૃષ્ટિએ પડશે.

આ થઈ પ્રકાશની ગતિની વાત. આપણને એ અતિ અદ્ભુત અને આશ્ચર્યજનક લાગે છે, પરંતુ સહુથી વધારે વેગવાળા ગણાતા એ પ્રકાશ કરતાં પણ મનની ગતિ અનેકગણી વધારે છે. જે તારાના પ્રકાશને આપણી પૃથ્વી ઉપર પહોંચતાં ૨૦૦ કિંવા ૨૦૦૦ કે ૧૨૦૦૦ વરસ અથવા એથી પણ અનેકગણાં વરસ લાગતાં હોય, તે તારા ઉપર કિંવા તેના કરતાં થે દૂરમાં દૂર રહેલા કાંઈ તારા ઉપર આપણું મન એક સેકન્ડ તો શું, પણ એક સેકન્ડના સોમા ભાગમાં પહોંચી જાય છે, અરે એક સેકન્ડમાં નો આપણું મન આખાય બ્રહ્માંડનો પ્રવાસ કરી વળે છે.

મનની માત્ર એ એક જ અદ્ભુત શક્તિ છે એમ નથી. મનની કલ્પનાશક્તિ પણ એટલી જ અદ્ભુત છે. મનની સ્વતંત્રતા પણ એટલી જ આશ્ચર્યજનક છે.

જાતનાં માનવીઓ જાતભાતનાં દુઃખો, સંકટો, આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિઓથી યુક્ત જોવામાં આવે છે. તેમની એ સંકટગ્રસ્ત, વ્યાધિગ્રસ્ત સ્થિતિમાં તેમનું મન મોટા ભાગે બળવે છે. એ જ રીતે એવાં સંકટો તથા વ્યાધિઓમાંથી મુક્તિ મેળવવામાં પણ મનનો મોટો હિસ્સો રહેલો હોય છે.

આપણે જાણીએ છીએ કે ‘વિનાજીર્ણો નહિ ઉચ્ચરઃ’ અર્થાત્ પેટમાં અજીર્ણ થયા વગર તાવ આવતો નથી, એટલે તાવને દૂર કરવો હોય તો ઉપવાસાદિ પ્રયોગોથી જ તે જલ્દી દૂર થઈ શકે. પરંતુ એક સુરતી ગૃહસ્થનો મને અનુભવ છે. કાઠિયાવાડના દેશી રાજ્યમાં તે મોટા હોદ્દા ઉપર હતા, તેઓ ઓશીસમાં બેઠા હોય, તે વખતે તેમના શરીરમાં ઉકરાંટાં આવે, તાવ ભરાતો લાગે, એટલે તે પટાવાળા સાથે ઘેર પોતાનાં પત્નીને કહેવરાવે કે ‘આજે તાવ આવ્યો છે, માટે સ્થાંજે શીરો, પૂરી, બજ્યાં, દાળ, ભાત અને કઢી બનાવજો !’

તાવને કારણે ચાલી શકાય એવું ન હોય તો ગાડી કરીને ઓશીસેથી ઘેર જાય, અને સ્થાંજે વાળુમાં તેમની સૂચના પ્રમાણે બનાવેલા અજીર્ણને વધારનારા ગરીબ પદાર્થોનું યથેચ્છ ભોજન કરે. પરંતુ અજીર્ણતા તો એ કે એ રાત્રે તેમને તાવ ઉતરી ગયો હોય અને બીજે દિવસે સ્થવારે પૂર્ણ પ્રકૃતિ બની ગયા હોય !

કેટલાકને પુષ્કળ હાશ પીવાથી તાવ ઉતરી જાય છે ! એક ડોક્ટર પોતાને ત્યાં આવતા તાવના દરદીને દવા આપે, પણ ઉપરથી કહે કે એક વાટકો ભરીને હાશ તેમાં થોડું મીઠું નાંખીને પીજો !

આવા ઉપચારોથી તાવ ઉતરી જાય છે, તેમાં મુખ્ય ભાગ મન જ બળવે છે. એવું જણાવવામાં આવે છે કે અગાઉ હિન્દુસ્તાનમાં ગાંઠીયા તાવ (બ્યુબોનિક પ્લેગ)ની મહામારી વખતે અજાણ્ય અર્ધાઅર્ધ માનવીઓ તો કેવળ તેમના મનમાં ઉત્પન્ન થતી

બીનિને કારણે જ એ ગાંડીયા તાવના ભોગ બનીને મહાકાળનું
શરણું સ્વીકારતા હતા.

આમાં કશી અતિસયોક્તિ કિંવા અનુચિત ઉક્તિ હોવાનું ન
માનશો. મન મારે છે, મન તારે છે, એનું કારણ એ છે કે એ
મનની શક્તિ સહુ કરતાં વધારે છે.

કોઇ પણ બાળકના મન ઉપર નાનપણમાં થયેલી અસર જીવન-
પર્યંત ભુંસાતી નથી. કેટલાક મહાન વીર પુરૂષોના દષ્ટાન્તો ઇતિહાસમાં
મોબુદ છે. તેઓ રણાંગણમાં શત્રુઓની સામે લેશ પણ બીતિ વગર,
પ્રાણની પરવા કર્યા વગર, પૂરા જોરશોરથી ઝડપે છે. પણ એ જ
વીર પુરૂષ પોતાના દીવાનખાનામાં બેઠો હોય અને એકાદો ઉંદર
ચુંચું અવાજ કરે કિંવા કોઇ બિલાડી મ્યાંઉં-મ્યાંઉં અવાજ કરે,
તો એથી તે ચમકી જાય છે, તેની છાતી ધક્ક-ધક્ક થવા લાગે છે!

શું તે ઉંદર અથવા બિલાડીથી ડરે છે? ના, ઉંદર કે બિલાડી
તેને ભયકારક નથી લાગતાં, પરંતુ નાનપણમાં તેના મને ચું-ચું કે
મ્યાંઉં-મ્યાંઉંથી ઉપજેલા ભયની મહણુ કરેલી અસર કાયમને માટે
તેના દિલમાં કામ કર્યા કરે છે.

મારા પ્રસંગમાં આવતા દરદીનાં દરદનું નિદાન હું કરું છું. એ
વખતે તેમના માનસનો અભ્યાસ કરવાની મને તક મળે છે, અને તે
ઉપરથી જાણી શકાય છે કે તેમને જે દરદ લાગૂ પડ્યું હોય છે,
તેનું મૂળ કારણ તેમણે નાનપણમાં કરેલી કોઇ ભૂલ જ હોય છે, અને
સુખ્યત્વે તેમાં તેમના મને જ મોટો ભાગ બજવેલો હોય છે.

મને લાગે છે કે જો વૈદ્ય કે ડાક્ટર માનસશાસ્ત્રનો અભ્યાસી
હોય તો તે દરદીના દરદને, તેના સ્વભાવને, તેની ઇચ્છાઓને, તેના
બૂતકાળને ઓળખીને તેના દરદની એવી ચિકિત્સા કરી શકે કે
તેમાં તેને જરૂર યશની પ્રાપ્તિ થાય.

એ માનસશાસ્ત્રનો અભ્યાસ પુસ્તકો દ્વારા જ થઇ શકે એમ
માનવાની કશી જરૂર નથી, માનસશાસ્ત્રનું ખરૂં જ્ઞાન તો તમારી

અભ્યાસુ વૃત્તિ જ કરાવી આપે છે. આપણામાં એક કહેવત છે કે ‘ મનોમન સાક્ષી ’ એટલે કે સામાના દિલમાં જે વિચાર ચાલી રહેલો હોય તેનું તમારા આંતરમનને સ્ફુરણ થાય છે, અને તમે તેના એ વિચારને લગતી જ વાત ઉચ્ચારો છો ત્યારે તેને આશ્ચર્ય થાય છે. પરંતુ એમાં આશ્ચર્ય પામવા જેવું કશું નથી. એ તો કુદરતી રીતે જ અનુભવ વડે તમને પ્રાપ્ત થયેલા મનોવિજ્ઞાનનો ચમત્કાર છે.

એક વિશેષ ચમત્કાર બતાવું : ઇચ્છા હોય તો અખતરો કરી જોજો : તમારી સામે દશ-બાર વરસના બાળકને ખેસારો: એક મંજીપો લ્યો. લાલ, કાળી, ચોકટ અને ધુલેવરનાં તેર-તેર પાનાં જૂદાં કરી તેની ચાર ઢગલી કરો, એ બાળકને કહો કે તે એના મનમાં આમાંથી એક ઢગલીને પસંદ કરે. પછી કહો કે તેણે પસંદ કરેલા રંગમાંથી તે એકો, આદશાહ, રાણી, ગુલામ, દશો, નવો, અઢો, સત્તો, છગો, પંચો, ચોગો, ત્રીડી અને દુડી-એ તેર પાનામાંથી એક પાનું મનમાં ધારી લે.

આટલું કર્યા પછી તમે ખુશીની સાથે તેને કહેજો કે તેણે લાલનો એકો ધાર્યો છે. એનો જવાબ તમને સંકડે નેવુ ટકા હકારમાં મળશે. તેનું કારણ એ છે કે સામાન્ય રીતે લાલ રંગનું આકર્ષણ વિશેષ હોય છે. તેમાં પણ ચોકડી કરતાં લાલની બદામ વધારે આકર્ષક લાગે છે, અને એ રંગમાં બાળકનું મન સ્વાભાવિક રીતે જ સહુથી વધુ ભારે એકા તરફ આકર્ષાય છે.

આમાં કાંઈ હાથચાલાકી નથી, જાદુ નથી, માત્ર માનસશાસ્ત્રના અભ્યાસનું જ પરિણામ છે. એવી રીતે જો તમે તમારા અભ્યાસને આગળ વધારો તો અનેક ચમત્કારો કરી શકો.

આપણા મુખ્ય મુદ્દાને એ ચમત્કારો સાથે સંબંધ નથી. આપણે તો વાસ્તવિકતામાં વિચરવાનું છે. આટલું વિવેચન કરવામાં મારો

મુખ્ય ઉદ્દેશ જુદો જ છે. હું એ બતાવવા માગું છું કે આ પુસ્તકમાં વાચકોના પ્રશ્નો તથા તેના મારી તરફથી અપાયેલા જવાબો તમે ઉપલબ્ધ દષ્ટિએ નહિ વાંચતાં, બે શાંતિથી વિચાર અને અભ્યાસ-પૂર્વક વાંચશો તો તમને તેમાં સ્થળે સ્થળે માનસશાસ્ત્રનું જ્ઞાન વેરાયેલું માલૂમ પડશે.

આ પુસ્તકનું નામ ‘પૂછ્યું અને કહ્યું’ શા માટે? એનો ખુલાસો કરતા પહેલાં એક વાત કહી લઉં. સને ૧૯૩૯ ની સાલમાં હું પાટડીથી સાવર-કુંડલા જતો હતો, તે દરમ્યાન એક દિવસ રાણપુરમાં ‘બહુરૂપી’ ના તંત્રી પાસે રોકાયો. કેટલુંક કામ પણ હતું. તે દિવસે તેમની ટપાલમાં આવેલા પત્રોમાંથી બે-ત્રણ પત્રો તેમણે મને બતાવ્યા. એ પત્રો ‘બહુરૂપી’ ના વાચકો તરફના હતા. તેમણે પોતાની કેટલીક મુઝવણો અને મુશ્કેલીઓની વિગતો રજૂ કરીને માર્ગદર્શન માંગ્યું હતું. પત્રોમાં આર્દ્રતા હતી, કંઈના હતી, દુઃખથી ભરેલા અંતરની વેદના હતી.

મેં તંત્રીને પૂછ્યું : ‘આ પત્રોના જવાબ તમે કેવી રીતે આપો છો ?’

તેમણે જણાવ્યું : ‘આવા પત્રો અવારનવાર મને મળે છે. વાચકો મારી ઉપર સ્વાભાવિક રીતે જ વિશ્વાસ મૂકે છે કે હું તેમને માર્ગદર્શન કરાવી શકીશ. એથી કેટલાય વાચકો આવી રીતે મારી ઉપર પત્રો લખવા પ્રેરાય છે. પરંતુ અનેક પ્રકારની મારી પ્રવૃત્તિને કારણે હું તેમને વ્યક્તિગત જવાબ આપી શકતો નથી. કાષ્ઠકાષ્ઠ વાર ‘બહુરૂપી’ માં સીધી યા આડકતરી રીતે તેમને તેમની મુઝવણીમાં માર્ગ મળી જાય એવું લખું છું. પરંતુ એથી બધાને ન્યાય આપી શકાતો નથી.’

એ વેળાએ સ્વાભાવિક રીતે જ મારા મનમાં સ્ફુરણ થયું અને મેં શ્રી. ચંદુલાલ પાસે પ્રસ્તાવ મૂક્યો : ‘બે તમને ચોખ્ખ

લાગતું હોય તો તમે ‘બહુરૂપી’ માં એક નિયમિત વિભાગ ખોલો. તેના જે વાચકો તન-મનનાં દુઃખીયાં હોય, શારીરિક અને માનસિક મુંઝવણથી હેરાન-પરેશાન બનતાં હોય, તેઓ જે મને તેમની મુંઝવણ જણાવશે તો હું ‘બહુરૂપી’ દ્વારા અથવા સીધી રીતે તેમના વલોવાતા અંતરને શાંતિ આપવાનો યત્ન કરીશ.’

મારો એ પ્રસ્તાવ તંત્રીને રૂચ્યો. અને પછી તેમણે ‘બહુરૂપી’ ના વાચક બનવાનું અને ‘એ શિર્ષકવાળો વિભાગ શરૂ કર્યો. ત્યારથી મારી ઉપર સંખ્યાબંધ વાચકો-સ્ત્રીઓ અને પુરૂષોના પત્રો આવવા લાગ્યા. તેમાં તેઓ પોતાના વિધવિધ આધિઓને લગતા, માનસિક મુંઝવણોને લગતા, પતિ-પત્ની વચ્ચે ઉભા થતા કટુતાભર્યાં કલહોને લગતા, અને એમ જનભાતના પ્રશ્નો પૂછવા લાગ્યા.

પ્રશ્નો પૂછનારાઓમાં વૃદ્ધો હતા, પ્રૌઢો હતા, યુવાનો હતા અને જેમને આગક કહી શકાય એવા કુમારો પણ હતા : પુરૂષો હતા અને સ્ત્રીઓ પણ હતી.

એ પ્રશ્નો અને તેના જવાબો ‘બહુરૂપી’ માં નિયમિત રીતે પ્રગટ થવા લાગ્યા. અત્યારે પણ તે ચાલુ જ છે.

હું માનું છું અને જાણું છું, તથા ‘બહુરૂપી’ના તંત્રી પણ કહે છે કે આ પ્રશ્નોત્તરો વાચકના દિલને ભારે આકર્ષી રહ્યા છે. અમુક સમય પસાર થયા પછી તો ઘણા વાચકો તરફથી માગણી આવવા લાગી કે આ પ્રશ્નોત્તરો સ્વતંત્ર પુસ્તકાકારે પ્રકટ થાય તો સારું. મને પણ તેમાં તથ્ય લાગ્યું. કારણ કે ‘બહુરૂપી’ના નિયમિત વાંચનારા ઉપરાંત અનિયમિત રીતે વાંચનારા પણ ઘણા હોય છે. તેમને માટે પુસ્તકાકારે પ્રકટ થયેલા આ પ્રશ્નોત્તરો વધારે ઉપયોગી બને.

કાષ્ટ કહેશે કે એક અમુક ભાષ્ટ કે બહેને પોતાના અમુક દરદ કે દરદો વિષે તમારી પાસે ઉપાય માગ્યો, પોતાના મનની અમુક પ્રકારની મુંઝવણ બાબત તમારી પાસે માર્ગદર્શન માગ્યું. તમે તેને

દરદનો ઉપાય દર્શાવો કિંવા તેની મુંઝવણને દાળવાનો માર્ગ દર્શાવો. તે ભલે સચોટ હોય, તેને લાભકર્તા હોય, પણ એથી ખીજને શો લાભ ?

સંસાર-વ્યવહારનો અનુભવી હોય તે તો આવો પ્રશ્ન ન જ કરે, પરંતુ અમુક પ્રકારના કટાક્ષ કે ટીકાની દૃષ્ટિથી જો કોઈ આવો પ્રશ્ન કરે તો તેને પણ મારે જવાબ આપવો જોઈએ-તેના મનની એ વિષયની મુંઝવણ દાળવી જોઈએ.

વારૂ, ત્યારે એ ભાઈ સામાન્ય રીતે વિચાર કરશે તો તેને જાણશે કે જગતમાં કોટયાવધિ માનવીઓ છે. એમ કહેવાય છે કે કોઈ પણ એક માનવીનાં આંગળાંની છાપ ખીજ માનવીનાં આંગળાંની છાપ સાથે મળતી આવતી નથી. એ સિદ્ધાન્ત ઉપર તો આગળ વધેલા દેશોના નિષ્ણાત ગુન્હાશોધકોએ ગુન્હેગારોનાં આંગળાંની છાપોનાં રજીસ્ટર બનાવ્યાં છે, એ વિષેના સાહિત્યની ચર્ચા કરી છે અને પોતાના હેતુની સિદ્ધિમાં તેનો ઉપયોગ પણ તેઓ કરે છે.

પરંતુ કોઈ એમ કહી શકશે કે જગતના જુદા જુદા માનવીઓ સમાન વ્યાધિથી, સમાન કષ્ટથી, એક જ સરખી માનસિક મુંઝવણથી ચિન્તિત બનતા નથી ? દુઃખી થતા નથી ? એમ કોઈથી પણ કહી શકાય તેમ નથી. બે માનવીઓનાં આંગળાંની છાપ એક સરખી ન હોય, બે માનવીઓનાં નાકનાં ટેરવાં એક સરખાં ન હોય, બે માનવીઓની આંખોની કીકીઓ અને ડોળા કદાચ એક સરખાં ન હોય; તથાપિ બે તો શું પણ સેંકડો માનવીઓ સમદુઃખી, એક જ પ્રકારના વ્યાધિથી ગ્રસ્ત, એક જ સરખી માનસિક મુંઝવણવાળા જોવામાં આવે છે.

એટલે એક ભાઈના વ્યાધિ કે મુંઝવણનો પ્રશ્ન અને તેના મારી તરફથી અપાયેલા ઉત્તરમાં દર્શાવેલો ઉપાય માત્ર તેને જ નહિ પરંતુ તેના જેવા સમદુઃખી અન્ય સંખ્યાબંધ વાચકોને ઉપયોગી બને એ તદ્દન સ્પષ્ટ અને સિદ્ધ થયેલી બાબત છે.

એટલું જ માત્ર નહિ પણ કેટલીક વાર એક માનવીએ કરેલા દોષનું દર્શન અને તેનું નિવારણ કરવાને માટે અપાયેલું સૂચન, અન્ય માનવી કે જોણે એવો દોષ ન કર્યો હોય તેને પણ તેના ભાવી કાર્યક્રમમાં માર્ગદર્શક બને છે, અને તે જ્ઞાતા તથા સારાસારનો વિવેક સમજનાર હોય છે તો એવી બૂલો કરવામાંથી બચી જાય છે. માટે આવું સાહિત્ય, ભલે તેમાં એક ચોક્કસ વ્યક્તિને ઉદ્દેશીને જવાબ આપવામાં આવ્યો હોય, તેમ છતાં પણ તે તેના દરેક વાચકને ઉપયોગી બને છે અને તેના પૂરાવારે બધા વાચકો તરફથી મને પત્રો પણ મળ્યા છે. તેને પુસ્તકાકારે પ્રકટ કરવાની થયેલી માગણી તથા અગાઉથી નોંધાયેલા સંખ્યાબંધ ગ્રાહકો જ તેનો પ્રત્યક્ષ પુરાવો છે.

આ પુસ્તકમાં શું છે એ તો વાચકો હવે સમજી ગયા હશે. તેમાં કોઈ એવો ગહન વિષય નથી કે તેનું અહીં સ્પષ્ટિકરણ કરવું પડે. અનેક બન્ધુ-ભગિનીઓના વિધવિધ પ્રશ્નો અને તેના મારી તરફથી અપાયેલા જવાબો તમને આ ગ્રંથમાંથી સાંપડશે.

પરંતુ એ પ્રશ્નોની પાછળ એક અનેક તત્વ રહેલું છે. એક ભાષા થા બહેન અમુક પ્રશ્ન કરે છે. એ પ્રશ્ન જ્યારે આપણે વાંચીએ છીએ ત્યારે આપણા દિલમાં જાતભાતના ભાવ પ્રકટે છે. આવો પ્રશ્ન તેણે પૂછેને શા માટે કર્યો? આ પ્રશ્ન કરતી વખતે તેના મનમાં કેવા પ્રકારનો વિચાર ચાલી રહ્યો હશે? કેટલાક પ્રશ્નો એવા પણ હોય છે કે તે ઉપરથી પ્રશ્ન કરનારનું માનસ, તેની ખાસીયત, તેની ટેવો, આદિનું આગ્રહ્ય ચિત્ર આપણી સમક્ષ ખડું થાય છે. તમે શાંતિપૂર્વક એ બધા પ્રશ્નો જ માત્ર વાંચી જાઓ, તો પણ તેમાંથી તમોને તાત્વિક દૃષ્ટિએ બહુ ઉપયોગી થાય તેવું જોવા-જાણવાનું મળી આવશે.

માત્ર એક વસ્તુથી મારા અંતરાત્માને ઉંડા ખેદ થાય છે. જે મારા ભારતવર્ષના ભાવી નાગરિકો બનવાના છે, જેમની સહાયથી

ભારતમાતા પોતાની આઝાદીની અપેક્ષા રાખી રહી છે, એ હિતાયુવાનોના મારી ઉપર આવતા પત્રો વાંચીને માફ અંતર રડી ઉઠે છે.

શું ભારતવર્ષનો યુવાન આટલો પુરુષત્વહીન, આટલો નિઃસત્ત્વ, આટલો નિર્બળ બની ગયો છે ? દુર્દૈવ દેશનું છે કે તેમની એ સ્થિતિ સુધારનાર નહિ પણ ઉલટી તેને વધારે બગાડનાર વાતાવરણ પેદા થતું જાય છે-વધતું જાય છે.

મહાત્મા ગાંધીજીએ ભારતવર્ષના યુવાનોને-સમગ્ર જનતાને ચારિત્ર્યશીલ, સરલ, સત્યવક્તા, સ્પષ્ટવક્તા, આત્મબોગી અને સંપૂર્ણ સાદાઇમાં સાચું સુખ સમજનાર બનાવવાનું ખીકું ઝડપ્યું છે. તે માટેનો એ નરપુંગવ, શિશુવંદ, વિરલ વિભૂતિનો પ્રયત્ન એક સરખો ચાલ્યા કર્યો છે. પરંતુ તેનું પરિણામ ?

હું નિરાશાવાદી નથી, એમ છતાં પણ મને લાગે છે કે યુવાન માનસ ઉપર તેની ધારી અસર નથી થઇ.

એમ તો ભગવાન બુદ્ધદેવે પણ અહિંસા, ચારિત્ર્ય, સમ્યાય અને સંસારથી સંન્યાસનો અદ્ભુત અને મોક્ષમાર્ગની પ્રાપ્તિ કરાવનારો મહામંત્ર ક્યાં નહોતો કુંકર્યો ?

પણ તેનું પરિણામ ઇતિહાસને પાને મોબુદ છે. એ બુદ્ધ ભગવાનના અનુયાયીઓ-બૌદ્ધોમાં વધી ગયેલો અનાચાર માત્ર એ સપ્રદાયનો જ વિનાશ કરીને અટક્યો ન હતો, ભારતવર્ષનો વિનિપાત પણ એ અનાચારે જ કર્યો હતો. ત્યારે એ જૂતકાળનો અનુભવ અત્યારે પણ કામ ન આવે તો પછી શું કામનું ?

ભારતવર્ષને આઝાદ બનાવવાની તમન્ના ધરાવનાર યુવાનો તેમની સામે ચારિત્ર્યબજટાના રહેલા બયસ્થાનથી ચેતે, ‘મયસિ વિનિપાતઃ જ્ઞાતમુઘે’ એ અનુભવપૂર્ણ શબ્દોને યાદ રાખે.

એવા બાઇઓને મેં આ પુસ્તકમાં જવાબ આપ્યા છે. અન્ય બંધુઓ પણ તે વાંચે અને તે પોતે, તેમના આત્મીય જનો, બાળકો અને બંધુઓ એ બયસ્થાનથી અળગા રહે એવી આકાંક્ષા હું રાખું છું.

અહીં એક વસ્તુનું સૂચન કરી લઉં. મેં વાચકોના પ્રશ્નોના જવાબ આપવામાં મારી મર્યાદા નક્કી કરેલી છે, સામાન્ય રીતે શારીરિક આરોગ્ય વિષેના પ્રશ્નોના જવાબોની વાચક મારી પાસેથી અપેક્ષા રાકી શકે. ઉપરાંત વાચકના મનને મુંઝવતી કેટલીક માનસિક ઉપાધિઓમાં પણ હું મારા અનુભવ વડે તેમને માર્ગદર્શન કરાવી શકું. પરંતુ કેટલાક અટપટા પ્રશ્નો મારી સમક્ષ રજૂ થાય છે. તે જુદી જુદી ધંધાદારી બાબતને લગતા હોય છે. કોઈ વ્યાવહારિક ગુંથવણીને લગતા હોય છે. જ્યારે એવા પ્રશ્નો મારી સામે આવે છે ત્યારે હું કોઈ વાર મુંઝાઈ જઈું છું. ગમે તેવો ગોળ ગોળ જવાબ આપવાથી કોઈ પ્રશ્નકર્તા સંતોષ ન જ થઈ શકે. મારો ઉત્તર તો તેના હૃદયને સ્પર્શનારો હોવો જોઈએ.

એવા મનમુંઝવણના પ્રસંગોમાં મારા પાટડીનિવાસી મિત્રો શ્રી. પોપટલાલ જગનલાલ અધ્યારૂ તથા ભાઈ શ્રી. લક્ષ્મીશંકર અમથારામ પંડ્યા મને કોઈકોઈ વાર ભારે ઉપયોગી થયા છે. આ વ્યવહાર-કુશળ અને ધંધાદારી બાબતોમાં પણ ઉંડો અનુભવ ધરાવનાર બંધુઓની પાસે, કોઈ વાર એવા પ્રશ્નો તરફથી આવેલા પત્રોમાંહેના અટપટા કાયડા હું રજૂ કરું છું, તેમનો અભિપ્રાય મેળવું છું, અને એ અભિપ્રાયને મારી વિચારસરણીની કસોટીએ ચડાવીને વાચક સમક્ષ રજૂ કરું છું. અર્થાત્ કોઈ કોઈ વાર મારા આ સહુ મિત્રોની સહાય વાચકોને સંતોષવામાં મને ભારે ઉપયોગી બને છે.

આ પુસ્તક ધાર્યા કરતાં સહેજ મોટું પ્રગટ થાય છે. તે માટે તો ઇન્ટેન્ડર વાચક-બંધુ ભગિનીઓની ક્ષમા જ વાચવાની રહી.

અત્યારે કાગળો વજેરે છાપકામને લગતા ભાવ અતિધણી વધી ગયા છે-વધતા જ જાય છે. છતાં પણ સહુ વાચકોને પોષાય એ જેટલી આ પુસ્તકની કિંમત મધ્યમ જ રાખી છે.

હજી પણ 'બહુરૂપી'માં પ્રગટ થઇ ગયેલા ઘણા પ્રશ્નો અને તેના ઉત્તરો ફાઇલમાં પડ્યા છે. ઉપરાંત દર અંકે પ્રશ્નોત્તરો ચાલુ જ હોય છે. તે સર્વ 'પૂછ્યું અને કહ્યું'—ભાગ ૨ જામાં વાચકો જોઇ શકશે.

આ પુસ્તકમાં અનુક્રમણિકા આપવામાં આવી નથી. પુસ્તક જોવાથી જ ખાતરી થશે કે અનુક્રમણિકા આપવાનો કરો અર્થ નથી. કેમકે એથી વિષયસૂચન થઇ શકે તેમ નથી. પ્રથમ આ પ્રશ્નોત્તરોનું જુદા જુદા વિષયોમાં વિભાગીકરણ કરવાનો વિચાર થયેલો. પરંતુ એક જ ભાષના પ્રશ્નોમાં જુદી જુદી એ-ત્રણ બાબતો સમાયેલી હોય, પોતાનાં તથા અન્ય જનોનાં જુદાં જુદાં દરદો કે મુંઝવણોના ઉપાયો માગ્યા હોય, તેને લિન્ન લિન્ન વિષયવાર વહેંચવાનું કેવી રીતે બની શકે? એટલે અનુક્રમે જ પ્રશ્નોત્તરો આપ્યા છે. જો કે તમે ગમે તે પૃષ્ઠ ઉપરનો ફાઇ પણ પ્રશ્નોત્તર વાંચશો તો પણ તેમાંથી તમને તેમ જ તમારા મિત્રપરિવારને કાંઇ ને કાંઇ જાણવાનું જરૂર મળી આવશે.

હવે મારે કશું વિશેષ કહેવાનું નથી. જે પરમકૃપાળુ દયાધન પરમાત્માની કૃપાથી એક સામાન્ય માનવી છતાં હું મારી યથામતિ-શક્તિ દ્વારા જનતા-જનાર્દનની આ રીતે સેવા કરી શક્યો છું-કરી શકું છું, તેમને ઉપયોગી થાઉં છું, તે જ રીતે ભવિષ્યમાં પણ તેમની સેવા બજાવું, તેમને ઉપયોગી થાઉં, અને એ રીતે મારા આત્મસંતોષને અનેરો આહ્લાદપૂર્ણ બનાવી શકું, એવી પરમકૃપાળુ પરમાત્મા મને બુદ્ધિ આપો, શક્તિ આપો, સામર્થ્ય આપો, સાનુકૂળતા આપો. અને છેવટે તો એક જ ઇચ્છા-અભ્યર્થના કે પ્રભુ જગતનાં પ્રાણી માત્રને પૂર્ણપણે કલ્યાણુદાતા બનો. **इति शिवम्.**

પાટલી

રામનવમી: સં. ૧૯૯૭

જનતા-જનાર્દનનો સાચો સેવક

વૈદ્ય બલવંત નરસિંરામ શાસ્ત્રી.



વૈદ્ય જીવજી નરભેરામ શાસ્ત્રી

‘આયુર્વેદ દીવાકર’

ખાટડી : (જી. અમદાવાદ)

પૂછ્યું અને કહ્યું

(૧) એક દુઃખી યુવક

પ્રિય બાઈ ! પત્ર મળ્યો. આપના શરીર સમ્બંધમાં એક અંગની અપૂર્ણ ખીલવટ માટે મારી સલાહ માગી છે, અને એ પણ મુમ અંગ માટે !

બિરાદર ! આ બાબતમાં થોડાક કાળથી આપણા પુરૂષ વર્ગમાં એક પ્રકારનો ખોટો મોહ પેદા થયો છે. ગુમાંગનું પ્રમાણ કેટલું હોય ? તેનો હિસાબ કામવિજ્ઞાનના અંશોમાંથી મળે છે. પરંતુ આ વિષય કામચાલનો હોય તેની વિશેષ છણાવટ આવા સામયિકમાં ન થઈ શકે.

તથાપિ કચરતના સિદ્ધાંત મુજબ જે અંગને ખીલવવાની જરૂર હોય તે અંગને-મસાજ-માલીસ કરવું એ હિતાવહ છે. એટલે આપે બાલે અત્યારમુધીમાં દવાઓ કરી, પરંતુ હવે કોઈ દવાની જરૂર નથી કે નથી જરૂર તીલાની. માત્ર સવાર રહાંજ ચોખ્ખા તથાના તેલથી મુમ બાગની ધોરી નસો ઉપર માલીસ કરો, તેમજ બન્ને સ્ત્રાવણના મૂળ ઉપર બેએક મહિના માલીસ કરો. જરૂર વૃદ્ધિ અને યુક્તતા મળશે. માત્ર સંભાળ એ રાખશો કે ઠંડા પાણીથી ગુમાંગ કદિ પણ ધોશો નહિ.

(૨) શ્રી. જમલુવનદાસ ચૌધરી-પુના

ભાઈ ! માથામાં ઉંઢરી થવી એમાં માથાના વાળની રક્ત-વાહિનીઓને મળતા પોષણની ખામી છે, તેમજ માથાના વાળની સંભાળ રાખવાની બેદરકારી પણ છે. વળી આજકાલ વપરાતાં બગર હેરઝોડલો કે જે થણે લાગે બહાષ્ટ ઝોડલ (આસતેલ)થી બને છે તે તેલો ચામડીની કામળતાનો નાશ કરે છે અને આવા વ્યાધિઓ ઉત્પન્ન કરે છે. તેના ઉપાયો નીચે મુજબ કરવાથી ઉંઢરીનો નાશ થશે, વાળ ખરતા અટકશે અને વળી એથી વાળ વધશે પણ ખત :

(૧) ખાદ્ય લીંધુની ફૂલસ પ્રથમ માથા ઉપર ધસરી, રત્નાન કરતાં પહેલાં.

(૨) ટોપર, આંબળાં, ચીકમાષ, હાથીદાંતનો વહેર-આ ચારે વસ્તુ ખાંડી પાઉકર કરવો. તેમાંથી દરરોજ એક તોલો ગરમ પાણીમાં ઉકાળી એ પાણીથી માથું ધોવું. કાંઈ પણ જાતનો સાબુ માથા ઉપર નાંખવો નહિ.

(૩) સરાશેર કોપરેલ તેલ ગરમ મૂકી તેમાં પાંચ રૂપીયાભાર લીંધુની ફૂલસો નાંખી તેલને ગરમ કરવું. એક બે ઊંઢરા આવી જાય એટલે નીચે ઉતારી સુખંધગણું બનાવું હોય તો તેમાં પાવલીચાર બોરસલીનું એસેન્સ નાંખવું. આ તેલ માથામાં ધસવું. આ ત્રણે ઉપચારો કામે લગાડવાથી માથાની ઉંઢરી નાશુદ થશે, વ'ગ ખરતા અટકીને વધશે અને મજબૂત પુષ્ટિ આપશે.

ઉપરાંત દરરોજ લીંધું ટોપર પાંચ તોલા અથવા બદાય પાંચ તોલા ધીમે ધીમે ચાવીને ખાવાં.

દાદરને માટે નીચેનો ઉપાય અકસીર છે. બે અન્નમાં પચીસ જીણુની દાદર મટે છે અને કપડાં બગડતાં નથી.

મધક આમલસારો તો. ૧

ટંકણખાર તો. ૧

સફેદ રાળ

તો. ૧

દેશી સાબુ

તો. ૦૧

સાકર

તો. ૦૧

બધાને ખાંડી ખાટા લીંબુના રસમાં સોઝાવી બનાવી ઢાદર ઉપર પાણીમાં ઘસી લગાડવાથી ઢાદર નાખુદ થાય છે.

બળરૂ વેસેલાઈનવાળાં કપડાં બગાડતાં મલમો કરતાં આ ઘણી ઉત્તમ દવા છે, માત્ર જરા બળે છે ખરી.

*

(૩) વણકર નરશી પુંજ—અમદાવાદ

ભાઈ ! આપ કાયમી આલક નથી અને છુટક ‘બહુરૂપી’ ખરીદો એટલે આપ પ્રશ્ન પૂછવાને અધિકારી નથી એમ ન સમજતા. ‘બહુરૂપી’ પોતાના વાચકોને સમાન દૃષ્ટિથી જુએ છે. પછી તે વાર્ષિક આલક હોય મા એક જ વખતનો.

તમે અત્યારે જે કરો છો એ દવાઓ છોડો. માત્ર

અરુણીનાં પાન	તો.	૧૧
ગજો લીલી	તો.	૨૧
ખડસલીયો પીતપાપડો	તો.	૨૧
ધાણુ	તો.	૨૧
કરીયાતાની પાંદડી	તો.	૨૧
સુંક	તો.	૧

ઉપરની વસ્તુને ખાંડી ભુકા કરો, રાત્રે પાશર પાણીમાં ઉપરના ભુકામાંથી અઢી તોલા માટીના વાસણમાં પલાળી રાખો. સવારમાં દવાને ચોળી ગળી લ્યો અને તેમાંથી અરધું પાણી સવારમાં અને અરધું સાંજે થોડું મધ નાંખી પી જવું. પંદર દિવસ લેવાથી જરૂર તાવ ખસી જશે, ભૂખ લાગશે, શક્તિ આવશે.

બળરૂ ગાંઠીયા અને મેંદાની કાંઈ બનાવટ ન હોવી. આપ વણુ-
કર (હરિજન) હો. અથવા કાંઈ નાગર ગૃહસ્થ હો—અને વૈધધર્મ
તરીકે મારે મન સમાન જ હો. એમાં જો હું વિષમ દષ્ટિ રાખું તો
માનવધર્મ ચૂક્યો ગણાઉં.

આપની સ્થિતિ અત્યંત ગરીબ છે. તો આ હવા વાપર્યા પછી
કાંઈ બીજી દવાની જરૂર રહેશે તો અહીંથી. આપને કાંઈ પણ ચાર્જ
હીધા વિના મોકલી આપવામાં આવશે.

*

(૪) શ્રી. શારદા-મુખધ

‘ રૂપે વહેમાતા ’ પ્રત્યે આપની ભાવના અને ઉંચી લાગણી
મટે ધન્યવાદ. ખરી રીતે તો ‘ જેનું તેને ’ તે સિવાય વિશેષ મેં શું
કયું છે ? નાશવંત શરીરથી માનવસેવા યત્કિંચિત અને તે જ જીવ-
નની સાચી સાર્થકતા ગણાય.

આપના પ્રશ્નોનો પ્રત્યુત્તર નીચે મુજબ છે :

(૧) સુવાવડ પછી કાનની બહેરાશ

મને તો આ વ્યાધિમાં કાનનો કાંઈ મહત્ત્વનો ભાગ બગડ્યો
હોય એમ નથી લાગતું. માત્ર શરદ હવાના કારણે તેના ધ્વનિ—શ્રવણ
ભાગ ઉપર થોડો સોજો આવી જાય છે એટલે સંભળાતું બધું પડે
છે અને ઉબ્બુ ઉપચારથી સંભળાય છે. એથી નીચેનો ઉપાય આપ
કામે લગાડો. બે મહિના ચાલુ રાખો. કાયમી લાભ થશે અને બહે-
રાશ મટશે.

(૧) શરદીની હવા હોય ત્યારે લસણની કળી ફેલી એક દોરો
પરોલી કાનમાં કળી બીડાવી રાખવી. દોરો બહાર લટકતો રાખવો.

(૨) બદામનું તેલ તો. ૫, નગોડના પાતરાનો રસ તો. ૨૫,
ચરણના પાતરાનો રસ તો. ૨૫, અધેકાના બીજનો છુકો તો. ૨૫.

બકરીનું મુત્ર તો. ૨૧, બીલીનો ગર્ભ પલાળીને નીચોવકું પાણી તે. ૨૧, સર્વને એકઠું કરી ગરમ કરવું. ધીમી આંચે પાણીનો ભાગ બળી જમ તેલ રહે ત્યારે કપડાથી ગાળી લઇ તે તેલ સવારસાંજ કાનમાં નાંખવાથી બહેરાશ મટશે.

(૨) સ્ત્રીઓને આર્તવ બંધ થવું (અનાર્તવ)

આર્તવ બંધ થવાનાં ધણું કારણ છે પણ તેની તપાસ કરવી ઘટે. ગર્ભ રહ્યાનાં ચિહ્ન જણાય તો આર્તવ લાવવાનો પ્રયાસ ન કરવો એ હિતાવહ છે.

વાયુથી, મેદથી, કે ચઠી જવાથી અથવા શરીર બાધી જવાથી અટકાવ દેખાતો બંધ થાય અથવા નામ માત્ર દેખાય તો :

લઘુ યોગરાજ ગુગળ સવાર સાંજ બન્ને ગોળી ગળાવી ઉપર એક ઓંસ કુમારી આસવ પાવો. આ ક્રમ બે મહિના અને વધીને છ મહિના સુધી ચાલુ રાખવાથી અટકાવ સાફ આવી મેદ ધટી જાય છે, નિયમીત અટકાવ આવવા લાગે છે અને ગર્ભાશય સુધરે છે. તાત્કાલિક અટકાવ લાવવાની જરૂર જણાય તો વાંસની ગાંઠ નંગ ૨, ખારેક નંગ ૪, સુત્રા તોલો ૧૧, જુનો ગોળ તોલો ૨૧, વડનાં પાંદડાં નંગ ૨.

બધી વસ્તુને એક શેર પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા ગાળી લઈ સવારમાં એક વખત પાષ દેવું. તેની સાથે.

રાણુનાં બીજની અંદરનાં મીંજ તો. ૧, એળીઓ તો. ૧, કેર-ડાની કુંવળ તો. ૧, હીરાકસી તો. ૧. તેની અરણીના રસમાં ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી. તે ગુપ્ત ભાગમાં પહેરવા આપવી અને પેદુ ઉપર શેક કરાવવો. જરૂરથી અટકાવ ખુલી જમ ખુલાસાવાર આવી જાય છે. ઉપરના બન્ને ઉપચાર ચાર દિવસથી વધુ ન કરવા.

(૩) પુરૂષના ગુપ્ત ભાગની શિથિલતા માટે

‘રબે વહેમાતા’ લેખમાળામાં નપુંસકતાના વિષયમાં બતાવેલો તીન્નો નંબર ૨ તથા પટ્ટીનો ઉપયોગ કરવો. ધણું ઉમદા કામ કરે છે.

(૪) સફેદ કોઢ માટે

‘ રખે વહેમાતા ’ના કોઢના વિષયમાં બતાવેલા ઉપાય મારા અનુભવેલા છે. એ નવાણું ટકા લાભ કરે છે. તે આપે જોઈ લેવા.

(૫) મધુમેહ માટે

નીચેની ગોળી લામઠ છ મહિના આપો. જરૂર આશાતીત લાભ થશે. અનેક દરદીઓને આપીને ખાત્રી કરી છે.

ચંદ્રોદય પોડપગુણુ તો. ૧, ગોખરૂ તો. ૪, જાંબુના ઠળીઆ તો. ૪, બંગલરમ તો. ૪, બહુફળી તો. ૪, શીલાજીત તો. ૪.

જાંબુનાં પાંદડાંના રસમાં ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બાંધવી. સવારસાંજ બંને ગોળી પાણી સાથે આપવી. સાકર, ખાંડ કે સાકરના ગુણુ-ધર્મવાળા પદાર્થો બંધ કરવા. સેંકડો ઇન્જેક્શનથી નહિ થયેલો લાભ આ એક ગોળી કરી આપે છે.

*

(૫) શ્રી. સીલાટ-મુંબઘ

પ્રિય ભાઈ ! એક માણસના ઘરમાં જમા રકમ હોય તે કરતાં તે ખરચ વધારે કરે તો એનું પરિણામ શું આવે ? દેવાળું.

ત્યારે બાપુ ! હાર્યો જુગારી બમણું રમે તેમ અજ્ઞાનતાથી કાચી વયે શરીરના સ્તંભ જેવી ધાતુનો વિનાશ કર્યો, હવે નબળાઈ, અશક્તિ અને બેચેની દૂર કરવા પેટનું શક્તિની દવાઓ પાછળ ફાંફાં મારવાં, તે સસલાનાં શીંગડાં શોધવા જેવું કામ છે. દુનિયાની કોઈ પણ દવા એવી નથી કે જે ખાવાની સાથે જ પાંચ દશ સ્તલ વીર્યનો જથ્થો દેલવી નાંખે. હા, માત્ર તમારાં અવયવોને ધીમે ધીમે કામે લગાડો અને ખોરાકમાંથી અનુક્રમે શુદ્ધ રસ, રક્ત બનવા લાગે તો ધાતુ આપોઆપ બનશે. તમારા માટે મને તો સરસ ઉપાય નીચે જણાવેલા અનુકૂળ લાગે છે:

(૧) સંપૂર્ણ અઘાયર્ પાળો.

(૨) રાત્રે સુતી વખતે ત્રીફળાં—(હરખં, બેઠાં, આંબળાં થયો.)

(૩) મળો, ઝોખરૂ, આંબળાં, ત્રણે સરખા વજનને ખાંડી બનાવેલું ચૂર્ણ પાવલીભાર રહવાર સાંજ ગાયના દુધ અથવા પાણી સાથે ફાંકો.

એક મહિનો આ પ્રમાણે ચાલુ રાખો. પાછળથી મહાલક્ષ્મી વિલાસ રતી ૨, મુક્ત્યાદિ ચૂર્ણ રતી ૨, પ્રવાળપીટી રતી ૨, ગળો સત્વ ૧તી ૨, ત્રીબંજ ભસ્મ રતી ૨, આ એક વખતનું પ્રમાણ છે. એ રીતે સવારસાંજ બે પડીકાં માખણ અને મધ સાથે ચાટો. અને પૂર્ણ ચંદ્રોદયની ઝોળી દરરોજ સવારે ૧ શેર દુધ સાથે લેવાથી નબળાઇની બધી ફરિયાદ દૂર થશે, ફરી સંસારનો આનંદ આપશે, કામકાજમાં રફૂર્તિ રહેશે અને અપેક્ષા પુરૂષત્વ ફરી દેખાશે. પરંતુ ફરી કુછદે ચઢસો નહિ. તેમજ દવાની દરમ્યાન વાલ, વટાણા, બજાર્યાં, પાતરાં બધે રાખજો, મ્હા પીસો નહિ.

*

(૬) બિરાહર કલકત્તા

આપના હૃદયની મતિ એક સરખી નથી રહેતી અને એને માટે આપે બહુ બહુ મોટા કાકટરોનો અભિપ્રાય લીધો, અને ફીચાની—નહિ નોટોની રેલમહેલ વહેવરાવી, તો ય આપનું હૃદય ઠેકાણે ન પડ્યું. આપનો પત્ર વાંચી મને મારી એક નાનપણની વાત માદ આવે છે :

હું અને મારો બેડીદાર બેઉ એક ગામડામાં મહેમાનમતિએ ગયા. ચોમાસાનો વખત, રાત્રે વાળુપાણી કરી એક માટીના મકાનમાં અમે સુતા. નાનો સરખો આસતેલનો દીવો બળે અને બેઉ જથ્થા ખાસે પાસે ખાટલા રાખી અમે વાતો કરતા સુતેલા. એ વખતે એક અવાજ સંભળાયો : કુંઉઉ—કૂકક ! બેડીદાર ચમક્યો. તેણે ખાટલામાં

એકા થઈ મને કહ્યું : ‘ભાઈ ! કાંઈ સાંભળ્યું ?’ મેં કહ્યું : ‘હા, કુંકાડો થયો.’

‘ત્યારે ચોક્કસ આ ધરમાં જરૂર મોટો મણિધર સાપ છે. એનો કુંકાડો તો તમે સાંભળ્યો ને ? કેટલો જોરદાર ?’

મારાં તો હાંખં ગગડી ગયાં. મેં કહ્યું : ‘અરે હોય નહિ. અહીં સાપ કેવો ? એવું હોય તો ધરધણ્ણી આપણને અહીં સુવારે જ નહિ.’

ત્યાં તો બીજો અવાજ થયો અને સાથે ધરના છાજના વળામાં એક બે ઉંદરડા દોડ્યા કે જોડીદારે માની લીધું જરૂર સાપ છે ! સાપ છે કે નહિ તેનો નિર્ણય કરવા મારા જોડીદારે ચીમની વગરનો દીવો લીધો હાથમાં, અને ધ્રુજતે પગે હું તથા તે-એય જણ્યો નીચે ઉપર, ખૂણે માંડ્યું જોવા. પ્રભુ જાણે પણ ક્યાંથી એ વખતે પવને મારી પુક અને હાથમાંનો દીવો ઓસવાઈ ગયો, અને ત્રીજો કુંકાડો સાંભળી અમારાં તો ગાત્ર ઢીલાં ગમ્મ ગયાં ! અમે એક જણ્યુ ચઢી ગયા ખાટલા ઉપર અને માંડી રાડયો પાડવા : ‘એસા, કોઈ છે ? દોડો ! દોડો ! ઝટ આવો, દીવો લઈને આવો ! નહીંતર મુત્તા-ખાધા !’

ધરધણ્ણી અને પાડોશી હાથમાં ફાનસ લઈને આવ્યા. અમે તો ચરચર ધ્રુજ્યો. ધરધણ્ણીએ પૂછ્યું : ‘શું છે ? કેમ બુમો પાડવા માંડી ?’ મેં કહ્યું : ‘ભાઈસાબ ! સાપ છે.’

‘અરે ક્યાં છે ? અતાવો તો ખરા !’

‘અતાવીએ ક્યાંથી ? જોયો હોય તો ને ! આ તો પુકાડા સંભળાય છે.’ અમારા પ્રશ્નોત્તર પુરા થયાં પહેલાં ચોથી વખત કુંકાડો સંભળાયો અને જોડીદાર બોલ્યો : ‘એ...હે ! જોયું ! સાંભળ્યોને ?’

પણ કુંકાડો સાંભળી ધરધણ્ણી તો ખડખડાટ હસી પડ્યો : ‘હત તારીની ! આ કુંકાડાથી આટલી બધી ધમાલ ? આવો, તમને સાપ અતાવું.’

અને અમે પાછળ તથા ધરધણ્ણી આગળ એમ જે મકાનમાં અમે સુનેલા તેની બાજુના મકાનમાં કમાડ ઉઘાડી દાખલ થયા, વચ્ચે માત્ર કરો હતો. ત્યાં એક બેંસ બાંધેલી. ચોમાસાનું લીલું

શ્વાસ ગદામદા થયેલી ભેંસ બેઠી બેઠી વાગોળે અને વાગોળતાં ધરાય
એટલે લાંબો શ્વાસ બરે અને એનાં નસકોરાં અવાજ કરે :
કુંઉઉક-ફફફ !

બધા થોડુંક હસ્યા. અમે પણ પછી નિરાંતે ખાટલામાં સુતા.

ભાષ ! આપનો વ્યાધિ એ ખરેખર વ્યાધિ નથી. શ્રીમંત માણસ
છો, મોટરમાં ફરો અને પાટલેથી ખાટલે અને ખાટલેથી પાટલે-આ
વ્યાધિનું કારણ છે. માલમલીદા બધ કરી દરરોજ સવાર સાંજ
પગે ચાલી બમે માષ્ઠક ફરવા જાઓ. ત્રણ મહિના પ્રતિજ્ઞા લ્યો
કાંઈનો પણ અભિપ્રાય ન લેવાની ! આપનું હૃદય જરૂર નિયમિત
થઈ જશે અને પેટનો મેદ પણ ઓછો થશે. મારી પાસે સાચો
અને સચોટ આ ઉપાય છે. બક્ષિસ મને નહિ જોઈએ. મારા હિંદી
ભાષાઓ ધણી યોગ્ય જ્ઞાનના અભાવે દુઃખી થાય છે તેમને જ્ઞાન
આપવામાં હાથ લાગ્યાવશો તો પણ હું કરોડોની બક્ષિસ માનીશ.

*

(૭) નંબર ૧૯૦૫-અંકલેશ્વર

પ્રિય ભાષ ! કામોત્તેજનાનું વધુ પ્રમાણ હોવાનું કારણ મન
ઉપર બહારની દુનિયાની થતી અસર અને ઉત્તેજિત ઔષધો પણ
છે. આપે વાપરેલાં ઔષધોમાં ઝેરકોચલાં, ફેરફેરસ જેવી કામવાસ-
નાને અત્યંત ઉશ્કેરનારી દવાઓ છે. મારા માનવા પ્રમાણે તો અવિ-
વાહિત કે વિદ્યાર્થી અવસ્થાના યુવાનોએ આવાં અત્યંત ઉત્તેજિત ઔષધો
સેવન કરવાં ન જોઈએ. એક તરફ આપના શરીરની નબળાઈ છે,
બીજી તરફ કામવાસના સતેજ છે-આ સૂચન અર્થવાળું છે. આપને
શરીર બરાઉદાર માંસવાળું, લોહીથી તસતસતું ગમે છે અને એવું
છમ્મો છો, તો આપને હાલ તુરત હું નીચેનાં ઔષધો લેવાની
સૂચના કરૂં છું :

(૧) જીવન (અવન પ્રાશ્નાવલેહ) સવારે દુધ સાથે.

(૨) ગળોસત્વ, પ્રવાળપીછી, સુવર્ણ વસંતમાલતી, હરતાલ-આ. આરે વસ્તુ બંને રતી આંખનાના મુરખ્યા સાથે બંધોરે અને સાંજે દ્યો. નાટક સીનેમા ન જીવે, મસાલેદાર ખોરાક ઊંડો, ચઢા ન પીઓ. રાત્રે સુતી વખતે ગુપ્તભાગ ઠંડા પાણીથી ઘોષ મુખ જાઓ. એકાદ મહિનો આ ઉપચાર ચાલુ રાખો. બાદ ઉન્હાળામાં આત્ર-પ્રયોગ કરશે તો મનમાન્યું શરીર ખીલશે અને વજન વધશે.

*

(૮) એક બહેન

ખ. હવે છો, બહેન ! સ્ત્રીની શોભા તેના સ્તનની સુધૃતતા ઉપર છે. પરંતુ લખતાં કલમ અચકાય છે. આપણો હિંદુ સમાજ-આર્યમહિલાઓ અવયવોને બહુ સાચવી નથી જાળવતાં. દરેક વસ્તુનો ઉપયોગ હોષ શકે, દુરુપયોગ તો નહિ જ.

આપને સ્તન દ્રઢ બનાવવાનો ઉપાય લખી જણાવું છું:-

દાડમનું પંચાંગ (દાડમના ઝાડનાં મૂળ, ફળ, કુલ, છાલ, પાંદડાં-એને પંચાંગ કહે છે.) શેર ૨ લખ ખાંડી, તેને છ શેર પાણીમાં પલાળવું. અંદર બશેર મુરદો નાંખવો. ત્રણ દિવસ એ પ્રમાણે રહેવા દઇ ચોથે દિવસે ઉકાળો કરવો. ઉકાળતાં બશેર બાકી રહે ત્યારે નીચે ઉતારી, ગાળી, તેમાં એક શેર બદામનું તેલ તથા દશ રૂપિયાભાર ચોરનો ગર્ભ નાંખી ચુલે ચઢાવી, ધીમે તાપે ઉકાળવું. પાણીનો ભાગ બળી જાય એટલે નીચે ઉતારી, ગળી લઇ તેમાં સવા રૂપિયાભાર હીરાઓળવું બારીક ચુર્ણ નાંખી, બાટલી ભરી, અઠવાડિયું રાખી મૂકવું.

દરરોજ સવાર સાંજ આ તેલનું માલીસ સ્ત્રીએ પોતાના સ્તન ઉપર કરવાથી સ્તન કઠિન, મજબૂત, અને ઉન્નત તથા દેખાવદાર બને છે, પરંતુ માલીસ સાથે ચોળી પહેરવી અથવા રબરની એવી ચોળી આવે છે કે જે લટકતા સ્તનને ઉચકી રાખે છે તે પહેરવી. આપણાં દેશી કપડાં પણ સ્તનને સારી મદદ પહોંચાડે છે.

*

(૯) દીનશાહ સોરાબજી ગાય-મુંબઈ

ભાઈ આપને મૂઝાઈ (ખેશુદિ) આવે છે અને ન્યારે એમોનીયા સુંઘાડે છે ત્યારે જાગૃત થાઓ છો, તે માટે મારી પાસે ઉપાય માંગો છો. મારે જણાવી દેવું જોઈએ કે મૂઝાઈ એ સ્વતંત્ર રોગ નથી. ઘણા વ્યાધિને અંગે મૂઝાઈ આવે છે. પરંતુ એ ચર્ચા અહીં કરવાનું રચળ નથી. આપને નીચેના અફર, અન્નેડ અને સચોટ ઉપાયો સૂચવું છું. આ ઉપાયો ગુરૂપરંપરા મળેલા સિદ્ધ પ્રયોગો છે. અને તે આપને બતાવતાં મને આનંદ થાય છે:

(૧) ગોળી

સુંક, મરી, પીપર, હરડે, બહેડાં, આંબળાં, પીપળીમૂળ, રેણુંકે-ખીજ, ચિત્રક, લોહભસ્મ, તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેશર, શુદ્ધ પારદ, શુદ્ધ ગંધક, શુદ્ધ વછનાગ, વાવડીંગ, અક્કલકરો, મોથ, આ સર્વે ચીજ સરખે વજનને લઘુ તેથી બમણા વજનને એટલે અધી વસ્તુના વજનથી બમણો ગોળ લઘુ તેમાં અધી ચીજ મેળવી ચણા જેવડી ગોળી વાળવી.

(૨) ચૂર્ણ

છાંચે સુકાવેલી બ્રાહ્મી તો. ૧૦, ઘોડાવજ તો. ૫, સોનાંગેર તો. ૧૧. એ ત્રણને ખાંડી લૂગડે ચાળી, ચૂર્ણ બનાવવું.

(૩) નસ્ય

શંખનો કીડો નંગ ૧, ઘોળાં મરી નંગ ૧૦, તેને ઘુટી પાઉડર બનાવી બાટલીમાં ભરવો.

ઉપયોગ-

સવારમાં બે ગોળી ગળો. ઉપર એક વાલ ચૂર્ણ મધમાં ચાટો. બપોરે માત્ર ૨ ગોળી ગળો. સાંજે બે ગોળી અને ચૂર્ણ લ્યો.

મૂઝાઈ આવવાની ખબર પડે તો જાતે નસ્ય સુંધી લ્યો. બંધ થઈ જશે. ખેશુદ્ધ થઈ જવાય, જાન ન રહે તો ધરના માણસને સૂચના

આપી રાખવી કે, એમોનીયા નહિ પણ આ નસ્ય સુંઘાડે. જલદી જાગૃતિ આવશે.

છ મહિને આ જીંદગીનો વ્યાધિ નાજૂદ થશે, અપસ્મારમાંથી બચી જશે. વાલ, વટાણા, બજીયાં, પાંતરાં, અને વાયુ કરનાર પદાર્થ ખાશે નહિ.

*

(૧૦) શ્રીયુત એ. ઇ. વાંદરાવાળા

મહાશય ! પ્રથમ તો આપે શરીરમાં ખોટી ગરમાઇ કરનારાં ઈંડાં, મુરઘી વગેરે છોડી દેવાં જોઈએ. દસ્ત સાફ લાવવા કોઈ પણ જાતનો રેચ અથવા રેચક પદાર્થ લેવો. એ આંતરડાંને વધારે ખરાબ બનાવવા જેવું છે. એ કરતાં સવારમાં વહેલા ઉઠી એક ગ્લાસ (અડધો શેર) પાણી પી ફરવા જવાની ટેવ રાખો તો દસ્ત આપોઆપ આવશે. રાત્રે સુતી વખતે અરધો શેર દુધમાં એક રૂપિયાભાર ધી નાંખી પીવાની ટેવ રાખવાથી પણ દસ્ત સાફ થાય છે. ખોરાકમાં માંસ ઓછું કરી નાંખી શાકભાજીનું પ્રમાણ વધારો. ખપોરના લાલ ટામેટાં લ્યો. આ બધું દસ્ત લાવવા માટે આધારરૂપ છે.

દવા તો નીચેની પ્રથમ આપને એકાદ મહિનો લેવાની જરૂર છે. એથી કામોત્તેજના નહિ વરતાય. પ્રથમ વીર્ય ઠંડું બનાવવાની તમારે માટે જરૂર છે અને તેમાં ઘટત્વ આવશે તો જ પુરુષત્વ પછી કાયમી બનશે.

પ્રવાહની ગુલાબજળમાં બનાવેલી પીટી રતી ૨, ગળોસત્વ રતી ૨, વાંસકપુર રતી ૨, સુવર્ણવસંતમાલતી રતી ૨-ઉપરની ચારે વસ્તુ દિવસમાં બે વખત ગુલકંદ તોલા ૧માં મેળવી ખાઓ. એ લીધા પછી આંખળાંનો મુરખો પાંચેક તોલા લ્યો. આ ક્રમથી શરીરમાંની ખોટી ગરમાઇ નાજૂદ થશે અને મધુરી તાકાત આવશે. પ્રથમ ખરાબર ઠંડક થઈ જવા પછી શક્તિ માટે આપને બીજો પ્રયોગ

બતાવીશ. પરંતુ ગરમ ખોરાક જરૂરથી બંધ કરજો અને બને તેટલું બ્રહ્મચર્ય પાળજો. એથી આપે આશા નહિ રાખી હોય તેવો સરસ લાભ થશે.

આપનાં પત્નીને માસિક અટકાવ બરાબર નથી આવતો અને માથું દુઃખ્યા કરે છે. પરંતુ બાપ ! સ્ત્રીઓને મારી માન્યતા મુજબ બેંતાલીસ પીસતાલીસ વર્ષ સુધી નિયમિત અટકાવ આવવો જોઈએ અને એ જ્યારે બરાબર નથી આવતો અથવા અટકે છે ત્યારે માથાનો દુઃખાવો, વામુ, શરીરમાં મેદ, ખોટા ઓડકાર અને ગર્ભાશયનો દુઃખાવો થાય છે. એમને માટે આ પ્રમાણે ઉપચાર કરો.

(૧) માસિક અટકાવ આવવાના સમયે ગરમ પાણીમાં કમર-થુડ એકેક કલાક દરરોજ બેસારો.

(૨) ખજુર, સરસવનો ખોળ, પત્થરનો લુકો, ગુગળ આ ચારે વસ્તુ દશ દશ તોલા લઈ ખાંડી, સુરકામાં ખદખદાવી, પેદા ઉપર બંધાણુ કરો. એક દિવસના આંતરે-એકાંતરે પાંચ બંધાણુ કરો અને ચોગરાજ ગુગળની ઝોળી સવાર સાંજ દરેક વખતે બે લાગડ બે મહિના આપો. ઉપર કુમારી આસવ એકેક આઉંસ જમ્યા પછી આપો. જરૂર માસિક અટકાવ ખુલીને આવશે, બધી ફરિયાદ દૂર થશે.

*

(૧૧) બાઇ સુરતવાસી

તોતડું બોલવાનું કારણ શરીરમાં વ્યાધિ કરતાં જીભના રનાયુ-બંધનની અપૂર્ણતા કે ખોટું બંધન પણ હોય છે. કેટલીક વખત અમુક નસનું ઓપરેશન કરવાથી આવી ખામી દૂર થાય છે. એટલે માઈ માનવું છે કે તમે કોઈ સારા ડોક્ટરને બતાવી અભિપ્રાય લ્યો અને ઓપરેશનથી જીભ સુધરતી હોય તો તેમ કંવું ખોટું નથી. છતાં

ઉપચાર તરીકે જે જે શબ્દો કે અક્ષરો તમને બોલતાં અડચણવાળા લાગતા હોય તે વાક્યો વધુ બોલવાનો પ્રયત્ન કરો.

અક્ષલકરો તો. ાા, મરેડીનાં ડુલ તો. ાા, શંખાવંધી તો. ાા, તજ તો. ા.

આ ચારે ચીજ સમાન લાગે ખાંડીને મધ સાથે દિવસમાં બે વખત ત્રણ-ત્રણ રતી ચાટો. વાઘ, વટાણાં, લજીયાં, પાતરાં ખાશે નહિ.

આંખને માટે ચશ્માં વગર ચઢાવી શકાય તો વધારે સારું. અને તેમાં આંજવા માટે ‘કમળમધુ’-કમળનાં ડુલ ઉપર મધ તૈયાર થાય છે તે. આવું મધ ‘પ્રસ્તમ્બોલી મવ’ કહેવાય છે. તે મળવું બહુ દુર્લભ છે, છતાં મળે તો આપે દિવસમાં બે વખત આંજવામાં તેનો ઉપયોગ કરવો. ચશ્માં નહિ આવે અને ખામી દૂર થશે.

શિર્ષાસન એટલે શું ?

એ યોગનાં ૮૪ આસનો પૈકીનું એક આસન છે. તે એક દિવસમાં લાભ નથી કરતું તેનો અભ્યાસ વધારી મહિનાઓ અને વર્ષો સુધી કરવું જોઈએ. શિર્ષાસન કરનારે કેટલીક સમજૂતી અગાઉથી મેળવી લેવી ઘટે.

(૧) સવારમાં સૂર્યોદય પહેલાં મળત્યાગ કરી આવ્યા પછી જ બ્રૂખ્યા પેટે આ આસન કરવું જોઈએ.

(૨) શરૂઆતમાં માથા નીચે ખૂબ નરમ તકીયો રાખી દીવાલના આધારથી કે કોઇ પણ માણસની મદદથી કરવું.

(૩) પગથી આપણે જેવી રીતે ટકાર ઉભા રહીએ છીએ તેવી જ રીતે માથું નીચે અને પગ ઉપર રાખી ટકાર રહેવું જોઈએ.

ફાયદા-લોહી શરીરમાં બરાબર ફરી શકે છે, મગજ બરાવદાર થાય છે, આંખોનું તેજ વધે છે, ચહેરો બરાવદાર અને ગાલ ખીલેલા રહે છે. શિર્ષાસનથી આટલા ફાયદા થાય છે.

‘ ધીના દીવા સામે ત્રાટક કરો ’ એનો અર્થ એ થાય છે કે ઘીનો દીવો કરી, તેની સામે એક નજરે જોઇ રહેવું—મટકું મારવું નહિ. ત્રાટક એ થોગની એક ક્રિયા છે. યથાવિધિ જો તે કરવામાં આવે તો લાભ અવસ્ય થાય છે. પરંતુ ગમે તે માણસ જેમ તેમ કરી એસે તો લાભને બદલે હાનિ થવાનો વધારે સંભવ છે. માટે આપને ત્રાટક કરવાની સલાહ હું નથી આપતો. આવી ક્રિયાઓ ગુરુમુખી છે અને ગુરુના સાનિધ્ય સિવાય તે સિદ્ધ થતી નથી. તેમ જ એથી આપને ખાસ વિશેષ કિંવા કોઇ અમત્કારિક લાભ થાય એમ પણ માનશો નહિ.

*

(૧૨) મુંબઇવાસી એક ભાઇ

પ્રિય ભાઇ ! મહેનતના પરસેવામાંથી થોડું બચાવી પાંચ પુસ્તક ગરીબોને વહેંચવા આપે હાથ લાગ્યાં તો ખરેખર ધન્યવાદને પાત્ર છે. ધનવાનો કીર્તિદાનના બૂખ્યા છે. સાચી સખાવત ગરીબ કરી શકે છે તેટલી ધનવાન નથી કરતા.

વાર, કાનની બહેરાશ અને ગણગણાટ માટે નીચેનું તેલ બનાવી રાખવા આપને સૂચવું છું :

બીલીનાં કુણાં પાંદડાં તોલા ૧૦ને ગાયના મૂત્રમાં વાટી ચટણી બનાવવી. એ ચટણીનું જેટલું વજન થાય તેટલું તેલનું તેલ અને તેલથી ચારગણું પાણી તથા પાણી જેટલું બકરીનું દુધ લઇ—એ બધું લોહાની કઢાઇમાં ચૂલે ચઢાવી ધીમે તાપે બળવા દેવું. પાણી અને દુધનો ભાગ બળી જઇ તેલ માત્ર બાકી રહે એટલે તેને બળી શીશીમાં ભરી લેવું. સવાર સાંજ બન્ને ટીપાં કાનમાં નાંખો. અવાજ અને બહેરાશ નાખૂદ થશે. દરરોજ પાંચ તોલા લીલું ટોપરૂં આવીને ખાજો.

*

(૧૩) બટુકભાઇ-મુંબઇ

આપની કથની સાંભળી-વાંચી. મને તો આવું આવું વાંચવાની ટેવ પડી ગઇ છે. એટલે કંટાળો લાવે કેમ ચાલે ? પરંતુ દરેક પ્રશ્ન પૂછનાર ભાઇ મુદ્દાસર લખે તો મારો સમય બરબાદ ન થાય અને એમને સંતોષકારક જવાબ મળી જાય, કાગળોના કાગળો ભરીને લખી જવાથી કાંઇ દુઃખ મટતાં નથી. અને થોડું પણ મુદ્દાસર લખાય તો મને સમજવામાં અડચણ આવતી નથી.

બટુકભાઇ, જોડું ન લગાડશો પણ હું આપના વ્યાધિને મળતો રોગી નથી. એટલે અમુક ફાર્મસીની અમુક દવા આપે વાપરવી કે નહિ એ કેમ કહી શકું ? કારણ કે જુદી જુદી કંપનીઓની દવાઓ અજમાવવા માટેનું મારું શરીર કાંઇ ક્ષેત્ર નથી. વળી આપે પુછાવેલી દવા બામત આપેને ખાનગી પત્રમાં જવાબ આપી શકત.

છતાં આપનું પૂરું શિરનામું જણાવતાં આપને સંકાય થયો છે, એટલે જાહેર પેપરમાં કોઇની પેટન્ટ દવાના ગુણ કે દોષ મારાથી કેમ લખાય ? એટલી સલાહ આપું કે આપ કોઇ સારા વૈદ્યને તખ્તીયત બતાવી, નિઃસંકાયપણે આપની હકીકત જણાવી, તેમની દવા લ્યો. કેવળ જાહેર ખબર વાંચી, પૂરી સમજણ કે દરદના સ્પષ્ટ નિદાન વગર દવા લેવાથી કોઇ વાર ઓડનું ચોડ વેતરાઇ જાય છે.

*

(૧૪) શ્રી શાહ-આંબેગામ

પ્રિય ભાઇ ! ગળાના 'ટોનસીલ' વ્યાધિ અને એને માટે આપની તકલીફ સંબંધમાં મારો અભિપ્રાય આપ 'બહુરૂપી' દ્વારા માર્ગો છે.

‘ટોનરીલ’ આ શબ્દ અને રોગ અગ્રી (એલોપથી)ની નવી શોધ હશે. પરંતુ આયુર્વેદ માને છે કે હોઝરી અને આંતરડાં સાથે ગળા અને મોઢાને જોડેલો નળકોનો સંબંધ છે તેટલો બીજા કોઈ અવયવ સાથે નથી. જ્યારે આપણા અત્યંત ખારા, ખાટા, તીખા, અને દાહક પદાર્થોના આહારથી બિચારાં હોઝરી, આંતરડાં ઘુછ હોઈ છે ત્યારે તેઓ થાકીને પોતાની ખોટી ગરમાઈ ગળાને કુકે છે. પછી એના કારણે ‘ટોનરીલ’ના દાણા નીકળે, ચાંદી પડે કે કેનસર થાય. એને મટાડવા માટે ગળાની અંદર ગમે તેવી દવાઓ લગાડવામાં આવે પરંતુ જ્યાં સુધી હોઝરી—આંતરડાં ઉપર થયેલા અત્યાચારથી રાહત આપવામાં ન આવે અથવા તેમને સુધારી લેવામાં ન આવે ત્યાંસુધી આ વ્યાધિ મટતો નથી. કારણ કે આયુર્વેદ હેતુરૂપ ચિકિત્સાનું પક્ષપાતી છે એટલે કે વ્યાધિનાં કારણ નાબૂદ કરવાની એ સૂચના આપે છે અને કારણ નાબૂદ થતાં કાર્ય આપોઆપ નાબૂદ થાય છે.

એટલે આપને પહેલી તકે મારી એ સલાહ છે કે બધી જાતના ખોરાકો બંધ કરી, માત્ર ગાયના દુધ ઉપર રહો. એટલે કે દુધનો પ્રયોગ કરવાની હું આપને સલાહ આપું છું અને તે પણ છ મહિનાથી વધીને બાર મહિના સુધી. જો આ જાતની ધીરજ રાખવા આપ તૈયાર હો, સંયમી બની કેવળ દુધ ઉપર રહી શકવાને માટે મનોબળ મજબૂત હોય તો જ આપનો વ્યાધિ સદંતર નાબૂદ થાય તેમ છે. એ સિવાય આપને માટે આ વ્યાધિથી મુક્ત થવાનો એક ઉપાય નથી. પછી જલે તમે ગમે તે ચિકિત્સા કરો. યા રેડીયમ મુકાવો કે વીજળીની સારવાર લ્યો. મને એના ઉપર બહુ શ્રદ્ધા નથી. અને આપ દુધ ઉપર રહેવાને જ્યારે તૈયાર થાઓ તે વખતે આપને દુગ્ધપ્રયોગની પદ્ધતિ અને તેમાં આવશ્યક થતાં ઔષધો માટે હું જરૂર માર્ગદર્શક બનીશ. તે વખતે મને પત્રથી પુછાવી શકો છો.

*

(૧૫) દુઃખી યુવક-મુંબધ

તમારી હકીકત બહુ દુઃકમાં લખાઇ આવી છે. પરંતુ બાઈ! બાલ્યકાળમાં ખોટી સોજતથી વીર્યનો નાશ કરી જરબાદ બનેલાની સંખ્યા સમાજમાં સાધારણ નથી. મારે ત્યાં આવતા કાગળોમાંથી એથો ભાગ બાદ કરું તો એક કહાણી મારી નજર સામે તરવરે છે. શું વિદ્યાર્થી અવસ્થામાં હસ્તમૈથુનની કુટેવ ઉપર ચઢતાં બાળકોને બચાવવા કોઇ બહાર નહિ પડે? બોર્ડિંગો, આશ્રમો, વિદ્યાર્થીગૃહો, નાટકમંડ-ળીઓ જ્યાં આઠ વરસથી અઠાર વરસની વયનાં બાળકો સંયુક્ત રહે છે ત્યાંના વ્યવસ્થાપકો, ગૃહમંત્રીઓ અને મેનેજરો આ સ્થિતિ ઉપર બહુ ચાંપતી દેખરેખ રાખે. દરરોજ આ બરબાદીથી જીવનનું સત્યાનાશ નીકળે છે. માટે તેનાથી બચવા માટે રોજબરોજ જ્ઞાન અપાતું રહે. એકાદ અજ્ઞાન બાળક આવા કુછદે ચઢેલો જાણાય તો તેમાંથી તેને મુક્ત કરવા પ્રયત્ન શરૂ થાય, તેની સાથે બીજો બાળક આ બદીના સંપર્કમાં ન આવે તે માટે કાળજીભરી દેખરેખ રાખવામાં આવે. દીવાલો પર, ભોજનગૃહમાં, જાજરમાં, વાચનાલયમાં અને શયનગૃહમાં મોટા અક્ષરોથી બાળકો વાંચે તેમ લખવામાં આવે:

(૧) ગુપ્તભાગને વિના કારણ હાથ ન લગાવો.

(૨) સ્નાન કરતી વખતે એ ભાગને બરાબર રીતે સ્વચ્છ કરો.

(૩) રાત્રે પડખાબર સુવો. ચતા કે ઉંધા કદિ પણ સુવો નહિ.

(૪) તમારી પથારીથી બીજા બાળકની પથારી જુદી રાખો.

(૫) રાત્રે એક બીજના શરીરને અડકો નહિ.

(૬) કોઇના ગુપ્તભાગને અડકવાની યા અડકાવવાની ગંભીર બીજ કરશે નહિ. નહીંતર તમારા જીવનનો, વિદ્યાનો, જ્ઞાનનો અને સંસારનો સર્વવિનાશ થશે.

(૭) આવી કોઇ ખૂર્ખાઈ કરતું હોય તો ગૃહપતિ અને જવાબ-દાર પુરૂષને ચેતાવો, ઈનામ અપવામાં આવશે.

આવા નિયમો ખૂબ છુટથી જાપેલા ચોક્કામાં આવે. ખોટી રીતે એક બીજા બાળકો વિષય સુખ તરફ જતા જણાય તો તેમને સુધારવાની એક ફરજ સમજવામાં આવે તો આજે આ વિનાશનો હાંદમી વાગી રહ્યો છે, આજે શક્તિની દવાઓ વેચનાર કમનસીમ યુવાનોનાં નાણાંથી શ્રીમંત બની રહ્યો છે, તેમાં સંપૂર્ણ સુધારો થાય.

બાકી 'રખે વહેમાતા'માં નપુંસકની ચર્ચામાં બધું વર્ગ જે બતાવ્યો છે તેને મળતો આપનો બ્યાધિ છે. એથી એ વિષય આપને વાંચી જોઈ એમાં બતાવેલા ઉપચારો કરવા હું આપને લક્ષ્યમણ કરું છું. તે માટે 'અહુરૂપી'ના આગળના અંકો વાંચી લેશો.

*

(૧૬) લખતરનિવાસી પાનવાલા

ઉધરસ થવાનાં અનેક કારણો છે અને ઉધરસ બુદ્ધા બુદ્ધ પ્રકારની હોય છે. કેટલીક ઉધરસ ઝાડુ, હવા અને ખોરાકના ફેરફારથી થાય છે, તે થોડો વખત રહી મટી જાય છે. કાષ્ઠ ઉધરસ થયા પછી ખાસ દવાઓ લેવી પડે છે અને તે મટે છે, કાષ્ઠ ઉધરસ થયા પછી તે મટતી નથી પરંતુ જીંદગી લખતે જાય છે.

ક્ષયમાં ઉધરસ હોય છે. દમમાં ઉધરસ હોય છે. સળેખમમાં ઉધરસ હોય છે, સન્નિપાતમાં ઉધરસ હોય છે. અવસાનકાળે ઉધરસ થાય છે અને તેથી મળે કફ બરાય છે.

પરંતુ ઉધરસ એટલે રોગ નહિ એમ જો હું કહું તો આપને નવાઈ લાગશે. શાસ્ત્ર જેને રોગ કહે છે, અન્ય પથીઓ જેને રોગ રોગ માને છે એને હું રોગ નથી કહેતો.

ફેફસાં, શ્વાસનળી કે શ્વાસદ્વારમાં ભેગો થયેલા વિઝાતીય પદાર્થ—તેને ફેફસાં નાંખવા કુદરતે ફેરવેલું ઉધરસ રૂપી સ્વતંત્ર ઝાડુ. માત્ર કુદરત પોતાના માર્ગમાં આવેલો—આવતો પદાર્થ સાફ કરી નાંખવા

ખાતર પવનના ગોળાને ફેંકે છે અને એથી જોર લાગે છે તેને આપણે ઉધરસ કહીએ છીએ.

આપને ઉધરસ બે વરસની જુની છે એટલે એને માટે દવાની જરૂર ખરી. નીચે મુજબ દવાઓ લેશો તો જરૂર આરામ થશે:

શીતોલાદી ચુર્ણ વાલ ૧, અગ્નિરસ રતી ૨, સાયરશૃંગ ભસ્મ રતી ૧૧, સુવર્ણ વસંતમાલતી રતી ૨, અબ્રક ભસ્મ રતી ૧. આ એક વખતનું પ્રમાણ છે.

દિવસમાં ત્રણ વખત મધ સાથે અથવા મધ અને ઘી સાથે ચાટવું. તેની ઉપર ત્રણે વખત 'બથુલારિષ્ટ' અઢી રૂપિયાભાર પીવો. તેલ, મરચાં, અથાણું બંધ કરો અને બ્રહ્મચર્ય બાર મહિના પાળો. શરીર, મન અને વીર્ય મજબૂત થશે-ઉધરસ કાયમને માટે નાબૂદ થશે.

*

(૧૭) મોદી લીલાચંદ વિઠ્ઠલદાસ-વીરાનગર

પ્રિય બાપ ! મારા પ્રત્યે આપની માનની લાગણી માટે હું આપનો આભારી છું.

વૈદ્ય એ મનુષ્યના આરોગ્યનો રખેવાળ છે. આપે જ્યારે જ્યારે મારો અભિપ્રાય માગ્યો હશે ત્યારે ત્યારે મેં મારો ધર્મ હૃદય સામે રાખી અભિપ્રાય આપ્યો અને તેમાં આપને સત્યાંશ તથા લાભ જણાવ્યો, એથી મને આનંદ થાય છે.

આપ એક બાળકીના માથાના ટુંકા વાળ માટે 'બહુરૂપી' દ્વારા ઉપાય માગો છો.

સ્ત્રીઓના વાળ એ એની સુંદરતાનો નમૂનો છે. આજનો ઉચ્છૃં-અલ્લ થોડોક નારીસમાજ કે જેને બોડકાં માથાં કરવાનો શોખ લાગ્યો છે તેને બાદ કરીએ તો કદાચ એવી બાલિકા, યુવા, પ્રૌઢા સ્ત્રી હશે કે જેને લાંબા, સુંવાળા, નાગની ફેણ જેવા ઉમદા વાળ ન ગમે ?

પરંતુ જલ્લવું ન જોઈએ કે વાળ એ પણ શરીરની જાતિ ઉપર આધાર રાખે છે. કામશાસ્ત્રે પશ્ચિની, હસ્તિની, શંખિની એવા નારી-

જાતિમાં પણ ભેદ પાડેલા હોય છે. એ ભેદને અનુસરીને માથાના વાળની કામળતા, સુવાસિતતા, રંગીનતા કે લંબાઈ હોય છે. તો પણ માવજત અને કાળજી એ કોઈ અજાયબ વસ્તુ છે. માવજત વખરે હીરા જેવી વસ્તુ પણ પોતાની પ્રભા પ્રકાશિત કરી શકતી નથી. તેને પણ પહેલ પાડવા પડે છે. એટલે આપને તે માટે તેલની એક ઉમદા બનાવટ બતાવું છું. એ સર્વગુણસંપન્ન છે, વાળ વધારે છે, સુવાસિત રાખે છે, ખરતા અટકાવે છે, મગજને ભરે છે, આંખોને તેજ આપે છે. એ તેલ બનાવી આપના પાડોશની બાળકોને આપણે અને અન્ય બહેનો પણ ભલે તેનો છુટથી ઉપયોગ કરે.

વાળો તો. ૧૦, કચુરો તો. ૫, જખલો તો. ૨ા, સુખડનો વહેર તો. ૧૦, તગર તો. ૨૦, બ્રાહ્મી તો. ૫, ગુલાબનાં ફુલ તો. ૫, તમાલપત્ર તો. ૨ા, કપુરકાચલી તો. ૫, પાનડી તો. ૫, ઘઉંના તો. ૨ા, બાજચી તો. ૨ા, અગર તો. ૫, તજ તો. ૨ા, મોચ તો. ૧૦, તલનું તેલ બંગાળી શેર ૮ (તો. ૬૪૦)

રીત-બધાં વસાણાં અધઃચરં ખાંડી, તેમાં તેલ નાંખી, એક વાસણમાં આઠ દિવસ પલાળી મૂકવું. પછી સુકાં આંબળાં તોલા ૪૦ લઈ તેને ખાંડી, પાણી શેર ૧૦ માં ઉકાળો કરવો. અરધું પાણી રહે ત્યારે ઉપરનું મસાલો પલાળેલું તેલ ઉકાળા ભેગું નાંખી, ધીમી આંચે પકાવવું. ઉભરો આવે તે વખતે ધ્યાન રાખવું. તેલમાં લીલો રંગ લાવવો હોય તો આંબળાંનાં લીલાં પાનનું ચુર્ણ તો. ૨૦ નાંખવું, લાલ રંગ લાવવા માટે જસુદીનાં ફુલ તો. ૫ નું ચુર્ણ નાંખવું અને તમામ પાણી બળતાં સુધી ઉકાળી પછી નીચે ઉતારી ગળી લેવું. આ તેલ શરીર ઉપર પણ ચોળી શકાય છે. તેથી શરીરનો વર્ણ સુધરે છે અને ચામડી કામળ તથા તેજસ્વી થાય છે. માથામાં નાંખવાથી વાળ વધી કાળાશ લાવનાર અને લાંબા તથા સુંવાળા બને છે. ઉત્તમ, અમૂલ્ય અને ગુણુકારી આ તેલ બને છે.

(૧૮) ભાઈ અમદાવાદી

આપનો નનામો પત્ર મળ્યો. મારા ઉપર નનામા પત્રો લખવા એનો અર્થ નથી સમજતો. દરદી અને અભિપ્રાય માગનાર માનવીઓ એ મારાં ભાઈ-બહેન યા બેટા-બેટી હોઈ શકે. એમના આંતરિક જીવનથી હું વાકેફગાર હોઉં એથી મને અંગત લાભ-હાનિ નથી. માત્ર મારી દૃષ્ટિ એક જ છે કે જગતનાં જીવો સુખી થાય, મારી પાસેથી સાચો રાહ સંપાદન કરે અને મારી પાસેથી મેળવેલું જ્ઞાન થયાવે. એ સિવાય મને અન્ય આકાંક્ષા નથી. એટલે આપની સવિસ્તર હકીકત અને પુરૂં નામ, ઠામ ઠેકાણું લખવાથી આપ જરૂર યોગ્ય રાહ મેળવી શકશો. નનામા કિંવા અધૂરા શિરનામાવાળા પત્રો ઉપર લેક્ષ આપવામાં આવતું નથી.

*

(૧૯) શ્રી. આર. જી. મહાણી

અટકાવ સાફ આવવા છતાં આપનાં પત્નીને દુઃખાવો થાય છે. એનું કારણ અને ઉપાય માર્ગો છો:

અટકાવ આવે ત્યારે પેટું ભારે થવું, જાગોમાં ભાર જણાવો, આળસ આવવી અને રતનમાં કઠિનતા જણાવી એ તો જાણે અટકાવ આવવાની નિશાની કે સાધારણ ચિહ્ન છે.

હતાં પેદામાં કે કમળમાં અથવા યોનીમાર્ગમાં દુઃખાવો થવો, એ બતાવે છે કે તેમના ગુપ્તભાગમાં અવ્યવસ્થા અથવા વ્યાધિ-અસ્તતા છે.

ખરૂં પુછાવો તો આ વ્યાધિમાં પ્રથમ સાચા નિદાનની જરૂર છે. કારણ કે યોનીમાર્ગ અથવા પ્રજનન વિભાગમાં કાંઈ એક જ અવ્યવ નથી. તેમાં જુદા જુદા વિભાગો અને તેનાં જુદાં જુદાં કાર્યો

છે. તેની સાથે તેમાં જુદી જુદી વખતે સક્રોચ, વિકાસ, ક્રિયા અને વિક્રિયા થતી રહે છે. આ માર્ગના ઉંઠા અભ્યાસી સિવાય સારા ચિકિત્સકો પણ કેટલીક વખત નિદાનમાં ભૂલ કરી બેસે છે.

આયુર્વેદ સાસ્ર એને કષ્ટાર્તવ માને છે. ઉપાય તરીકે આપને બે જાતની ગોળીઓ બતાવું છું. તેનો ઉપયોગ કરવાથી દર્દ નાબૂદ થશે. ગોળી નંબર ૧

વાવડીંગ તો. ૧, સુંઠ તો. ૧, જવખાર તો. ૧, લોહભસ્મ તો. ૧, હરડે તો. ૧, બહેડાં તો. ૧, આંબળાં તો. ૧, દલટકંબલ તો. ૧, જવનો લોટ તો. ૭.

એ બધાને સાથે ખાંડી અરણીના રસમાં ચણીભાર જેવડી ગોળી વાળવી.

ગોળી નંબર ૨

કપુર તો. ૧, હીંગ તો. ૧, ભાંગ (લીલાગર) તો. ૧, એ ત્રણ વસ્તુને મેળવી મગના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી.

ઉપયોગ—ગોળી નંબર એકની દરરોજ એક ટંક ચાર ગોળી રહવારમાં અરણીનો રસ તો. ૦૧ અને મધ તો. ૧૧ તેની સાથે લેવી અને દરરોજ એ જ પ્રમાણે લીધા કરવી.

અટકાવ વખતે—ગોળી નંબર ૨ દુઃખાવો થાય તે વખતે બધે ગોળી પાણી સાથે ગળવી. આખા દિવસમાં ત્રણ વખત—એકંદર છ ગોળી આપવી.

ઝાડો સાફ આવવા માટે અટકાવ વખતે એરંડીયું તેલ સુંઠના ઉકાળા સાથે જરૂર આપવું. કબજીયાત ન રહે તેની જરૂર કાળજી રાખવી ઘટે. નંબર એકની ગોળી ત્રણ મહિના લાગઠ આપવાથી કાયમને માટે દુઃખાવો નાબૂદ થશે. વાલ, વટાણાં, ભજ્યાં, પાતરાં વગેરે ખોરાક છોડવો. બને તેટલું બ્રહ્મચર્ય પાળવું. અટકાવ દરમ્યાન થોડો શેક પણ કરવો.

(૨૦) ભાષ પી. એમ. શાહ.

સ્વમદોષ એ જેમ સારીરિક વ્યાધિ છે તેમ માનસિક પણ છે, એ આપ જાણતા હશે જ. બલે સ્ત્રીસંગ ન કરો, પણ સંભોગની તીવ્ર ઇચ્છા અને સ્ત્રીઓનાં અંગઉપાંગો જોયા કરવાની ટેવ પણ સ્વમદોષને આમંત્રણ આપે છે એ જાણો છો ? જરા શંકરાચાર્ય ભગવાનનાં વચનો યાદ કરશો કે ?

‘ નારી સ્તનભર જંધનિવેશમ, દૃષ્ટવા માયા મોહાવેશઃ ;
એતનમાંસ વસાદિ વિકારં, મનસિ વિચારય વારંવારં—ભજ્જોવિંદમ,
જો આપની એ દિનચર્યા બંધ નહીં કરો તો મારા ઉપચારો આપને નકામા નીવડશે. માફ કરજો હો, આપના પત્ર ઉપર એટલી ટીકાની જરૂર છે.

હવે ઉપાય

વાંસકપુર તો. ૦, રૂમીમસ્તકી, તો. ૦, મજોસત્વ તો. ૦, સુખડનો વહેર તો. ૦, એલચી તો. ૦, આંબળાં તો. ૦, સફેદ બમન તો. ૨૧, ચાંદીના વરખ તો. ૦, એને ગુલાબજળમાં ધુંટી ચણા પ્રમાણે ગોળી વાળવી. સવાર સાંજ બંને ગોળી ગાયના દુધ સાથે એક મહિનો ખાવી. તેલ, મરચાં, બજારૂ મીઠાઈ, નાટક—સીનેમા, મુંગારી નવલકથા અને નવસ્ત્રી સ્ત્રીઓના ફોટા જોવા બંધ કરવા. શેક કરો

એરંડીનાં મીંજ, જુનો ગોળ, કાળા તલ, કપાસીયાનાં મીંજ અને મધ એ દરેક બંને તોલા, કુદ, જાયફળ, જાંવત્રી, અક્કલકરો એ દરેક એકેક તોલો. એ બધાંને ખાંડી બૂકા કરી અરધા અરધા તોલાની ખારીક કપડામાં પોટલીઓ બાંધવી.

બાદ લોહાના તવામાં બકરીનું દુધ સેર ૦ નાંખી અંદર પોટલી મૂકવી. ગરમ થાય એટલે ગુસ્સા ભાગના મૂળમાં જ્યાં વાંકાપણું આવ્યું છે તે જગ્યાએ શેક કરવો. સાત દિવસ ચાલુ રાખી વચમાં ત્રણ

દિવસ બંધ કરી બીજા સાત દિવસ શેક કરવો. એ પ્રમાણે ૨૧ દિવસ પુરા કરવા.

જરૂર વાંકાપણું નાખી શકે, ગુમ ભાગ વિકસશે અને સ્વમદોષ બંધ થઈ યોગ્યતા આવી જશે. મારા દરેક શબ્દની કદર કરશો, ફાયદો તમારા સંયમ ઉપર આધાર રાખે છે.

*

(૨૧) એક જ્ઞાસુ

ભાઈ ! શરીર એ કમાડના મીઠાગરા જેવું છે. તેને વાસ ઉઘાડ કરવામાં આવે તો જ કાટ ન ચઢે અને અવાજ પણ ન કરે. અર્થાત શરીરને જેટલી ખોરાકની જરૂર છે તેટલી જ કસરતની છે. શરીરને હેરવા ફેરવ્યા વગર કે યોગ્ય મજુરી આપ્યા વગર ખેસી રહેનારને મેદ ન થાય તો બીજું શું થાય ?

મેં એક પરમહંસને જોયા છે. એમને પરમાત્માએ એટલી શરીર ઉપર માટી ખડકેલી કે તેઓ પોતાની ગુદા દાથે ન ધોમ શકે; પણ એ દ્વાર સાફ કરવા માટે એક માણસ રાખવો પડતો. છતાં જન્મવામાં ટૂંકે દોઢ શેર ફુંગળીનું શાક અને એક શેર ઘીનો શીરો જોઈએ ! અને વળી એવા માણસાણી ઝાપટીને મુલાયમ ગાદલા ઉપર સુઈ કે ખેસી રહેવાનું ! કહો, પછી એનું પરિણામ શું આવે ?

આપનું શરીર બહુ મેદવાળું છે. તેને માટે કસરત સિવાય બીજો ઉપાય માર્ગો છે. ‘કસરત’ એ શબ્દ ઉપર જ તમેને અભાવ જણાય છે. જો તેના ઉપર સહભાવ હોત તો શરીર પણ આટલું મેદવાળું ન બન્યું હોત. ખેર, પણ ભાઈ ! હવે બીજું કંઈ નહિ તો એકાદ બે માછલ ચાલવાનું રાખો તો શરીર વધારે મેદવાળું બનતું અટકશે. અને સવારમાં ચલા સાથે ગાંડીયા લેવાની ટેવ હોય તો છોડી દેજો. માખણ કે ધી ન લેતા. બાજરીનો રોટલો અને મગની દાળ વધારે ખાઓ, અને બને તો હાલેક મહીના અનાજ છોડી દુધ ઉપર

રહી જાઓને ! શરીર મળતું હલકું કુલ બની જશે. જોજો દુધ ભેંશનું નહિ પણ ગાયનું લેજો.

દવામાં તો ગુગળની કોષ્ટ પણ બનાવટ-પછી ચોગરાજ અથવા પથ્થાગુગળ કે કાંચનાર ગુગળની ગોળી રહવાર સાંજ બપો લ્યો. જમ્યા પછી અરધો ઔંસ કુમારીઆસવ પીઓ. રહવાર સાંજ અરધો તોલો મધ અઢી તોલા પાણીની સાથે પીઓ. મેદ વધતો અટકશે. પણ કસરતમાં ચાલવું અને દુધ ઉપર રહેવું એ તમારા માટે અમૃત જેવા ગુણકારી ઉપાયો છે.

સ્ત્રીની માફક છાતીનો ભાગ વધારે મોટો થયો છે અને એને લાઇ આપને શરમ આવે છે. એના માટે શું કરવું ?

ભાઇ સ્ત્રીની અને તમારી છાતીમાં ફરક છે. તમારે તો માંસ-મેદના લોચા છે અને સ્ત્રીઓને તો દુગ્ધવાહિનીઓ અને રક્તવાહિની શિરાઓની ત્રંચીથી સ્તન બનેલાં હોય છે. એટલે આપને ગભરાવાની જરૂર નથી. માત્ર શરીરનું ખીજું અંગ જેમ માંસ-મેદના કારણે કુદ્યું છે તેમ તે ભાગ પણ મેદલ-માંસલ બન્યો છે. શરીરનો ખીજો ભાગ ઘટશે તેની સાથે એ પણ ઘટી જશે. છતાં દંડ કરવાનો અભ્યાસ શરૂ કરો. એથી વહેલાં સ્તન ઘટી જશે.

*

(૨૨) એક વહેરા ગૃહસ્થ

આપ વિદ્વાન છો અને સુદ્ધિમાન પણ છો એમાં શક નથી. એ તો આપના લખાણ ઉપરથી જ સમગ્ર જાય છે. પરંતુ આપ કોષ્ટ પણ જાહેર સમારંભ, સભા કે પાંચ દશ વ્યક્તિઓ સન્મુખ અથવા કોર્ટમાં સાક્ષી આપતી વખતે ગભરાઇ જાઓ છો અને આગળથી નિશ્ચય કરી રાખેલ હોવા છતાં મનઘાયુ બોલી શકતા નથી, અને તે વખતે હૃદય ગભરાઇને વધારે ગતિમાન થઇ જાય છે એનું શું કારણ ? એ આપનો પ્રશ્ન છે.

ભાઈ ! આ કાંઈ રોગ નથી હો. જેને તેવું માની બેસતા ! આ તો છે તમારા મનજી ભાઈએ ઉપજાવી કાઢેલો ભયનો હાઉ ! પ્રથમ તો તમને તમારી યોગ્યતા માટે જ શંકા છે. કાંઈ પણ ઠેકાણે બોલવાનું છે એ વિચાર આવતાં તમે યરાયર બોલી શકશો કે નહીં એની પ્રથમ તમને શંકા ઉપજે છે. પછી એ શંકામાંથી તમે વિચાર કરો છો. સભા વચ્ચે યરાયર ન બોલાય નો ? બૂલ થાય તો ? સભામાં સારા વિદ્વાન હોય, લીડર હોય. વક્તા હોય, છટથી આંજી નાંખનાર વાણીવિશ્વારદો હોય તેમાં યરાયર બોલાશે ? આવા વિચારોથી બુદ્ધિ ઉપર અંધકારની પીછોડી પડે છે, અંતઃકરણ ધુસરા વાદળથી ઘેરાય છે. અને યાદશક્તિ એ માદક અસરને લઈને શૂન્ય બની જાય છે. એટલે જ હૃદય ધડકે છે, તેને ભય થાય છે કે કદાચ માફ રથાન હું ન સાચવી શકું તો ?

આ બધા વિચારોની પરંપરા પોતાની યોગ્યતા માટે શંકા ઉપજાવીને, ખરી વખતે ધુજતા પગ અને કંપતું હૃદય બતાવી મૂકે છે. તમારે માટે નહિ, દરકોઈ બોલવા માટે પહેલ કરનારની આ જ સ્થિતિ હોય છે અને આવો થોડો કડવો અનુભવ મને પણ છે. પરંતુ જેમ જેમ ઉમર વધતી જાય છે અનુભવ વધતો જાય છે, યોગ્યતા વધતી જાય છે તેમ તેમ ભય ઓછો થતો જાય છે. ખરી રીતે તો આપણે આપણા ઘરના બાળક સાથે જેટલી છુટથી વાત કરતા હોઈએ તેટલી જ છુટથી આપણે સભામાં શા માટે બોલી ન શકીએ ? જ્યારે બોલવામાં પણ આપણને શિષ્ટાચાર, મીઠાશ, કે મોટાઈ આડે ફરે છે ત્યારે જ પગમાં લથડીયાં આવવા લાગી પડું થઈ જાય છે.

ગભરાતા નહિ. હિંમતથી નિશ્ચયપૂર્વક પ્રયત્ન કરો, ભયને નજીક આવવા નહીં આપો તો જરૂર સફળતા મળશે અને એકાદ બે વખતની સફળતા આગળ લઈ જવામાં તમને બહુ મદદગાર થશે. બાકી સંશયોત્તમા વનશ્યાતાં.

(૨૩) બાબુ-શીહોર

પ્રથમ હસ્તમૈથુન, સ્ત્રીસમાગમ, પરિણામે શરીરમાં ક્રુન્નરી, અને ગુમ ભાગ તદ્દન ટુંકા તથા ગળી ગયેલો. એને માટે ઘેર બનાવી શકે એવા ઉપાય માગો છો ને ? હ્યો ત્યારે :

સફેદ કરણના મૂળની છાલ તો. ૨૦ અને ગાયનું દુધ શેર પાંચ. ગાયના દુધને ગરમ મૂકો. અંદર ઝીણા ટુકડા કરી કરણની છાલ નાંખી ચાર પાંચ ઉભરા આવે એટલે ઉતારી ઠંડુ થયે તેમાં મેળવણુ નાંખી મેળવી દો. દહીં થયા પછી તેને વલોવી ધી બનાવો. તે જોટલું ધી હોય તેમાં અઢી તોલા સીંદની ચરખી, અઢી તોલા સુવરની ચરખી અને એક તોલા હીનાનું અતર મેળવીને બાટલીમાં ભરી રાખો.

રાત્રે ગુમ ભાગની નસો ઉપર ધીમે હાથે માલીસ કરો અને ઉપર નાગરવેલનું પાન બાંધો. એક મહિના સુખી ચાલુ રાખો.

બાવા માટે શુદ્ધ ઝેરકાચણાં તો. ૧, ચંદ્રોદય તો. ૧, જયફળ તો. ૧, લવીંગ તો. ૧, ફ્રાસફરસ ૦) =, જુનંબેદસ્ત તો. ૧, કર્તુરી વાલ ૧, અંબર વાલ ૨.

પાનના રસમાં એક દિવસ ઘુટી ચણાના દાણા જોડી ગોળી વાળી સવાર સાંજ બંને ગોળી ગરમ કરી સાકર એલચી નાંખેલા દુધ સાથે લ્યો. આંબલીની ખટાશ કે કાચી કરી ખાશો નહિ. ફરી પુરુષાતન આવશે, ગુમ ભાગ સંપૂર્ણ બનશે. છતાં વિચારપૂર્વક વર્તન રાખશો તો સુખી થશો.

(૨૪) પ્રેમીલા બહેન-મદ્રાસ

બહેન ! આપનો પ્રશ્ન સાંસારિક અને આંતરિક જીવનનો છે. મારે કબૂલ કરવું રહ્યું કે મેં શારીરિક અને માનસિક પ્રશ્નોના જવાબ આપવા કમ્પટ્યા છે. એટલે આપની ફરિયાદ ભલે શારીરિક વ્યાધિની નથી છતાં, આપ મનની મુંઝવણનો ઉકેલ ‘બહુરૂપી’ મારફત માર્ગો છો, એટલે અમુક મર્યાદામાં રહીને પણ મારે પ્રકાશ ફેંકવો જોઈએ.

પતિ પરાયા ઘેર ભટકનારા સ્વેચ્છાચારી છે. તેમને સમજાવતાં કલહ અને વિતંડાવાદ જાગે છે, તો આપે શું કરવું ? એ આપનો પ્રશ્ન છે.

કેટલાએ કાળથી પુરૂષો સ્વતંત્ર રહ્યા છે અને રહે છે. સ્વતંત્ર રહેવું એ એમનો જન્મસિદ્ધ હક્ક એમણે માન્યો છે, અને ધીમે ધીમે એ સ્વતંત્રતામાંથી સ્વછંદતાએ જન્મ લીધો છે. કારણ કે સ્વતંત્રતા અને સ્વછંદતા એ બહુ નજીકનાં પડોશી છે. માત્ર વચમાં એક બારીક દીવાલ છે. તે ભેદાય એટલે પછી સ્વતંત્રતા એ સ્વછંદતામાં ફેરવાઈ જાય છે. પરંતુ નૈતિક જીવનનો મહામૂલો મંત્ર એમણે અભ્યાસપૂર્વક અપનાવ્યો હોય છે તે આ પરિવર્તના પાશમાં સપડાતા નથી. બાકી નૈતિક સીડીનાં પગથીયાં એટલાં લપસણાં છે છે કે જરા જેટલો પગ ખસ્યો કે છોક તળીએ જઈ પડાય છે. પછી ભલે તે સ્ત્રી હોય યા પુરૂષ: તેનું પતન અવશ્ય થાય છે.

છતાં હિંદુ લગ્નગ્રંથીથી જોડાયેલાં સ્ત્રી અને પુરૂષ એક બીજાનાં સંતુષ્ટ રહી પત્ની એક પતિવ્રત અને પતિ એક પત્નીવ્રતનાં ઉપાસક રહે છે તો તેમનો ગૃહસંસાર નંદનવન જેવો ખીલીને ફળ આપનાર બને છે, પરંતુ જ્યારે એક બીજા પ્રત્યે શંકાની નજરે જોવા લાગે છે ત્યારે ધીમે ધીમે પણ ખેડ એક બીજાથી એટલે દૂર જતાં જાય

છે કે બેઉની વચમાં જે અવિભાજ્ય સ્નેહની સાંકળ લાગેલી હોય છે, તે તૂટી જ્યાં પામી, પછી તેમની વચમાં અનૂદ વચ્ચેની દીવાલ રચાય છે અને એ દીવાલની એથે રહી, શંકાના કીડાને પોષણ આપી, નિર્મળ અંતઃકરણને કિલ્લટ બનાવતાં રહે છે. નથી એ સંસારમાં આનંદ હોતો, નથી રહેતી તેમાં ખુશબો.

આ સ્થિતિએ પહોંચતાં પહેલાં સ્વસ્થ ચિત્તવાળો પુરુષ યા ઓ સામા પક્ષનો પગ નીતિના પગથીયા પરથી ખસતાં પહેલાં યુક્તિ-પ્રયુક્તિથી સાચવી લે છે તો તે ફરી પગઠ્ઠ થાય છે અને પડતાં બચે છે. પરંતુ ખસેલા પગને ફરી સાચવી રાખવો, એ કેવળ શંકા-ઓથી, આરોપથી, કલહથી કે આક્ષેપોથી નથી બની શકતું. એ ઉપાયો તો કેટલીક વખત અવળા પડે છે અને પડનારનો ધક્કો લાગે એના જેવા તેને વેગ આપનારા બને છે. પરંતુ એ માટે સરસ ઉપાય છે પ્રેમનો. પ્રેમ આ બે અક્ષરનો શબ્દ અનેક રૂપની વ્યાખ્યા પામેલો છે. પતન પામવા તૈયાર થનારને શી ઉણપ છે તેની તપાસ કરી, એ ઉણપ કાઢવાનો જે પ્રેમથી પ્રયાસ કરવામાં આવે તો જરૂર તેને બચાવી શકાય છે.

બહેન ! આ તો થોડીક જીવનની લાઘવદોરીની રૂપરેખા બતાવી છે. આપને સીધી સલાહ તો એ છે કે પ્રથમ આપે પતિ પ્રત્યેની કુશંકાઓને તિલાંજલી આપી સ્નેહાળ બનવું. તેને બહાર જવાને શું કારણ છે, આપનામાં એ કંઈ જાતની ઉણપ જુએ છે, કંઈ જાતની પુરતી ચાહે છે, તેની સાચી તપાસ કરી, અનુકૂળ બનશે તો તમે જરૂર તમારા પ્રયત્નમાં ફાવી શકશો. પરંતુ આ પ્રયાસમાં જરાયે કડવાશ આવવા દેશો નહિ. અમીની આંખોએ, થનગનતા હૃદયે, પુષ્પ વેરતી વાણીએ તમે જે ધારશો તો પતિને એકપત્નીવ્રત તરફ લાવી શકશો. અસ્તુ.

(૨૫) શ્રી સુરેન્દ્રનાથ એમ.-નાઠરોપી

માતાજીને થયેલી દાદર અને શરીર ઉપરની ખુજલી માટે આપ ઉપાય માગો છો.

ભાઈ ! આવા વ્યાધિઓનાં મૂળ લોહીમાં મળેલાં હોય છે અને એ લોહીને દુષિત કરનારા વિરુદ્ધ ખોરાકો અને ખોરાકમાં રહેલા અત્યંત ખાટા ખારા પદાર્થો છે.

એટલે જ ઉપરથી દવાઓ લગાડવાથી કાયમી લાભ થતો નથી, કદાચ કોઈને થોડો લાભ થતો હશે, પણ ફરી એની એ જ સ્થિતિ થઈ આવે છે. એટલે આ સ્થિતિમાં નીચે મુજબની દવા ખાવામાં વાપરવાની જરૂર છે.

મજક તો. ૨ા, શુદ્ધ ગંધક તો. ૨ા, મીઠીયાવળની પત્તી તો. ૧ા, નસોતર તો. ૧, સાકર તો. ૨ા, વરીયાળી તો. ૨ા, હરડે તો. ૨ા.

બધી વસ્તુ સરખા વજનને ખાંડી સવાર સાંજ પાવલીભારની કાકી સાદા પાણી સાથે લેવી. એકાદ દસ્ત વધારે આવશે અને એ ખંજી જ ચામડી ઉપર કોઈ પણ મલમ લગાડશો (દાદરનો) તો દાદર કાયમી નાબૂદ થઈ જશે.

*

(૨૬) અબદુલ હુસેન-મહુવાવાળા

ભાઈ ! ચિંતા એ આ સંસારમાં કેને નથી હોતી ? છતાં પ્રભુએ જે સ્થિતિમાં રાખ્યા હોય તેથી સંતુષ્ટ રહેનારા ચિંતાના સાણસાથી થોડા પણ મુક્ત રહી શકે છે; અને એથી વધારે મુક્ત રહી શકે છે ઇશ્વર ઉપર દૃઢ ભરૂંસો રાખનારા. બાકી મહત્વાકાંક્ષાઓ સેવનાર અને રાત્રિ દિવસ એ આંકાંક્ષાઓને પાર પાડવા માટે અસંતુષ્ટ રહેનાર મનથી અને શરીરથી સુખી નથી રહેતા. હું માનું

છું કે તમારા માથાના વાળ ખરી પડી ટાલ પડવાનું કારણ વધારે પડતી ચિંતા હોવી જોઈએ. તેના ઉપાય તરીકે, મન પ્રકુલિત રાખો અને નીચેનું તેલ માથામાં નાંખો.

ઝોપરેલ તેલ શેર ૨૧, હાથીદાંતનો વેર તો. ૫, ધંઉલાં તો. ૫, લીલો ભાંગેરો તો. ૨૧, આહ્લી તો. ૨૧, નારંગીની છાલ તો. ૨૧, રતાંજલી તો. ૨૧, સુખડ તો. ૨૧.

તેલ સિવાયની બીજી વસ્તુઓને ગુલાબજળ અથવા કેવડાજળમાં ચટણી માફક વાટી ડોપરેલમાં આગલા દિવસે પલાળી રાખવી. બીજો દિવસે સવારમાં ધીમી આંચે એ ત્રણ ઉભરા આવે એટલું ગરમ કરી પાણીનો ભાગ શોષાઈ જાય એટલે તેલ ગાળી લ્યો. એ તેલ માથા ઉપર ધસો. વાળ ખરતા એટલી ધીમે ધીમે આવવા લાગશે. લીલું ટોપડું પાંચ તોલા દરરોજ ખૂબ ચાવીને ખાઓ.

*

(૨૭) રમાકાન્ત યોગી

આપે ઉપનામ તો મળેનું રાખ્યું છે. પરંતુ આપની માનસિક હાલત ‘યોગી’ શબ્દને શરમાવે તેવી છે. પુરૂં નામ કામ ઠેકાણું લખ્યા સિવાય જવાબ આપવાનો રિવાજ નથી, એ આપના ખ્યાલ બહાર ન હોવું જોઈએ.

*

(૨૮) રમણલાલ પુનાવાળા

આપનો પ્રશ્ન ગાયનું અને બેશનું દુધ-તેમાં સારું કયું છે એ છે, અને દુધ નહિ પચવાનું આપ કારણ પૂછો છો.

સ્વાદની દૃષ્ટિએ આપણને બેશનું દુધ સારું લાગે છે અને તેમાં રહેલાં ગળપણ, ઘટ્ટપાણું તથા વિશેષ મલાઈને લઈને બેશનું દુધ લેવા

તરફ દરેક માણસની વૃત્તિ આકર્ષાય એ સ્વાભાવિક છે. પરંતુ જે તત્ત્વો, કેલસ્યમો, ગાયના દુધમાં છે તે બેંશના દુધમાં નથી. પૌષ્ટિક પદાર્થ તરીકે દુધની ગણના સર્વોપરી છે. પરંતુ પાષ્ટિકનો અર્થ એ નથી થતો કે શરીરને તાબું અથવા ગદામદા કરવું. પુષ્ટતા તો તેને કહી શકાય કે જેમાં શરીરના દરેક અવયવને એક સરખી અને સ્થાયી મદદ મળે તથા દરેક અવયવ સંપૂર્ણ બને. એ બધા ગુણો તો ગાયના દુધમાં છે. ગાયનું દુધ પૌષ્ટિક છે, એટલું જ નહિ પણ તેમાં એવાં સુંદર તત્ત્વો સમાયેલાં છે કે તે શરીરની અચ્છી મરામત કરે છે, મગજ ભરે છે, બુદ્ધિ વધારે છે, શરીરમાં મુલાયમતા અને તેજસ્વીતા લાવે છે, સ્ફુર્તિને જાગૃત કરે છે, આંખની જ્યોતને ચમકાવી બનાવે છે અને સત્ત્વગુણ વધારે છે; બ્યારે બેંશનું દુધ તો મેદ અને માંસ વધારે છે, વીર્યને ઘટ તત્ત્વવાળું બનાવે છે, છતાં તે આળસ અને પ્રમાદીપણું લાવે છે અને કાંઈક અંશે બુદ્ધિને જડ બનાવે છે. એક સાદો દાખલો આપું: બેંશની ઓલાદ પાડો અને ગાયની ઓલાદ વાછડો: આ બે બ્યારે બાળક અવસ્થામાં હોય, જે વખતે દુધ ધાવતાં હોય ત્યારે તેમનું નિરીક્ષણ કરો. વાછડાની સ્ફુર્તિ, ચપલતા, તેજસ્વિતા, અને સુંદરતા કાંઈક ઓર માલૂમ પડશે; બ્યારે પાડો હઠીલો, પ્રમાદી, ઇર્ષ્યાળુ, શરીરે ગદામદા છતાં બેપરવા જણાશે. જે પ્રાણીઓના જેવા ગુણ હોય તેવા ગુણ તેના દુધમાં પણ હોય, અને તે દુધ લેનારમાં સાધારણ રીતે તે ગુણ તરફ વળતી બુદ્ધિ થાય છે. ‘આહાર એવો ઓડકાર’ એ આપણામાં તદ્દન સાદી કહેવત છે. છતાં અત્યારે ગાયનું દુધ માંદા માણસો જ વાપરે છે! એમ શાથી બન્યું છે? એમ બનવાનું કારણ આપણી ગાયો પ્રત્યેની બેદરકારી છે.

બેંશ પાસેથી ઝાડું દુધ મેળવવા માટે તેને, કપાસીયા, બોળ, બાજરી, જુસ જેવો પૌષ્ટિક ખોરાક આપવામાં આવે છે અને એવા હિંચા ખોરાકને લઇને બેંશનું દુધ વધારે સ્વાદિષ્ટ અને મલામવાળું

બને છે; બ્યારે ગાયો બિચારી ભેંસ જેટલો તત્ત્વવાળો ખોરાક મેળવી શકતી નથી. બલકે ગાયોને ખાસ કોઈ પાળતું નથી એમ કહીએ તો પણ ચાલે. રખારી, ભરવાડ લોકો ગાયોનાં મોટાં ટાળાં રાખે છે, ગાયોને એમના તરફથી પુરતું પોષણ મળતું નથી, છતાં એમનાં આંચળમાંથી દુધ લઈ લેવાય છે. જે ગાય માત્ર જંગલમાં સુકું ઘાસ સિવાય બીજું કંઈ મેળવી શકતી ન હોય તેના દુધમાં મલાઈ અને મીકાશ ક્યાંથી હોય ? છતાં પણ તેના ઉંચા ગુણો તેમાંથી કંઈ નાબૂદ નથી થતા. અને એ ગાયોને પણ જો ભેંસ જેટલો જ હિંચો ખોરાક આપવામાં આવે, તેની સુંદર રીતે સંભાળ રખાય, સારું, સ્વચ્છ, તાજું અને બેળસેળ વગરનું દુધ મેળવવા દરેક કુટુંબ એક એક ગાય ધરઆંગણે રાખે તો દુધની ખરી મજા, તેના ઉંચા ગુણો પ્રાપ્ત કરી શકાય. અને આયુષ્ય લંબાવી શકાય. પણ દિલગીર થવા જેવું છે કે આર્ય-જૂમિના આજના ધનવાનોમાં એકાદ મોટર, એકાદ રેડીઓ કે એકાદ ડોક્ટરનું ખરચ નિભાવી શકવાની તાકાત છે, પણ એક ગાય તેમનાથી નિભાવી શકાતી નથી.

દુધ એ અલૌકિક વસ્તુ છે. તેને વિકૃત નહિ કરવામાં આવે અને જો મૂળ સ્વરૂપમાં માણસ લેતો થાય તો તેનું સ્વરૂપ એ મનુષ્યનું નહિ પણ દેવનું બને છે. દુધ, તેના ગુણ, અને ગાય એ બાબત એટલી વિશાળ છે કે તેનું વર્ણન કરતાં મથો લખાય. બ્યારે આ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપવાનો હોય તુંકામાં જણાવવું જોઈએ કે ગાયનું દુધ એ તંદુરસ્ત અને બીનતંદુરસ્ત સમૂહોને માટે ઉત્તમ છે. માટે બને ત્યાં સુધી ગાયનું દુધ લેવાનો જ આમ્રહ રાખવો જોઈએ.

દુધ ન પચે કેમ ? દુધ ધારીને આપણે મોટા થયા છીએ. દુધ એ પૃથ્વીનું અમૃત છે. જેટલું દુધ શરીરને પોષણ આપે છે, જીવન-તત્ત્વ વધારે છે, એવો પદાર્થ ભાગ્યે જ બીજો કોઈ હોઈ શકે, છતાં તે નહિ પચવાનું કારણ આપણા વિકૃત આહારો અને એ આહારથી બગડેલાં આપણાં પકવાણ્યો છે. છતાં દુધ પચે તેવા કેટલાક ઉપાય બતાવું છું :

(૧) થોડી આફુની કટકીઓ ચાવી ઉપર દુધ પીઓ.

(૨) એલચી, તજ, અને કુદીનો નાંખી ગરમ કરી દૂધ લ્યો.

(૩) પીંપર તેની અંદર આખી નાંખો અને ગરમ કરો. પ્રથમ પીંપર ચાવી ઉપર દુધ લ્યો. દરરોજ એક એક પ્રમાણે વધારતા જાઓ. ૨૧ પુરી થાય એટલે એક એક ઘટાડતા જાઓ. ૪૨ દિવસે પ્રયોગ શરૂ થશે અને પછી દુધ પચવા લાગશે. પીંપર વલસાડી લેવી, અને જેમ રોજ પીંપર વધે તેમ દુધનું પ્રમાણ પણ વધારવું. આ પ્રયોગ ચાલતો હોય ત્યારે ખોરાક સાત્ત્વિક લેવો. અર્થાત્ વાલ, વટાણું, ભજ્યાં, પાતરાં વગેરે ધમધમાટવાળા કઠોળ આદિ પદાર્થો ખાવાં નહિ.

(૪) પૂર્ણ ચંદ્રોદયની અનુપાનમિશ્રિત બે ગોળી સવારમાં મધ સાથે ચાટી ઉપર દુધ પીઓ. આ ઉપાય ગમે તેવા દુધ ઉપર અમાત્સ-વાળાને બે થી પાંચ રતલ દુધ લેતો બનાવે છે.

*

(૨૯) ભાઈ નરહરી-હાલોલ

શરીર ઉપરના વાળ નાબુદ થાય, ફરી કોષ વખત ઉગે નહિ, ચામડી મૂળ સ્વરૂપમાં રહે એવો ઉપાય માગો છો :

મારા ધારવા પ્રમાણે આવો કોષ ઉપાય નથી. ફરી વાળ ન ઉગે તેવા પ્રયોગો છે, પરંતુ તેવી દવાઓમાં ઘણું ભાગે હરતાલ, મનશીલ, કળીયુના જેવા અત્યંત દાહક પદાર્થો પડે છે. તેથી કદાચ વાળનાં મૂળનો નાશ થતો હશે, પરંતુ ચામડી સ્વામ અને કદરૂપી ચમ્પ જાય છે.

મને લાગે છે કે આપણે આ એક ખોટો મોહ છે. સ્ત્રીર ઉપરના વાળ કુદરતે બહુ સમજદારક ઉગાડ્યા છે, અને એ સ્ત્રીરનું અંગ નાહ તો પ્રત્યાંગ છે. એનો કાયમ નાશ કરવાથી શો લાભ ? સારા દેખાવાનો ! પણ સારા દેખાવાની કોષ વ્યાખ્યા હશે ખરી ? સાફ કોને કહેવું ? મુજરાતીઓ માથા અગાડીના ભાગમાં બાજરી (વાળ)

રાખે છે. મારવાડી તે જ જગ્યાએ અસ્તરાથી ખોડાવીને ઉભો લીંટો કરાવે છે. કેટલાક મરદ વળદાર મળની મુછો રાખે છે અને કેટલાક લાઘ દરેજો જ એ જગ્યાએ સેફ્ટી રેઝર ફેરવી અંકુરો આવવા નથી દેતા. એમાં સુંદર કેાણુ લાગતું હશે ? છતાં નકામી જગ્યાના વાળ તે માટેનાં સાધનોથી દૂર કરવાનો મોહ રાખશે નહિ. નહિતર કેાઈ અનાડી માણુસ એ જગ્યાએ દઝાડી મૂકશે અને ઉલમાંથી ચુલમાં પડવા જેવું થઈ પડશે.

વાર, હવે શરીરે તાળું થવાય અર્થાત લોહી અને માંસ વધે, શરીર પુષ્ટ થાય, તે માટે આત્ર પ્રયોગ દુધની સાથે કરવાની સલાહ આપું છું. કેરીના પ્રયોગ જેટલો સસ્તો, સરલ અને ઉપયોગી ઉપાય વજન વધારવાનો અને પુષ્ટિ મેળવવાનો ખીજો એક નથી.

*

(૩૦) નટવર ડી. પટેલ-ઇન્દોર

મોઢા ઉપરના ખીલ અને તેમાંથી થતાં ગુમડાં મટાડવા માટેનો આપનો પ્રશ્ન છે :

ખીલ એ લોહીમાંહેની ખોત્રી ગરમાઇની નિશાની છે અને જેમને ખીલ થાય છે તેમને કબજાતનો થોડો ધણો અંશ સાથે હોય છે. એના ઉપાય તરીકે : નીચેની ફાકી ખાવામાં લેવી, અને લગાવવાનો લેપ પણ બતાવું છું :

સારી હરડે તો. ૬, મજક તો. ૫, સાકર તો. ૫, સારીવા તો. ૫, ગુલાબનાં ફુલ તો. ૫, વરીયાળી તો. ૫, એ બધું સરખા વજને લઈ ખાંડી, પાવલીબારની ફાકી સતાર સાંજ ફાકવી.

સ્તાંજલીનું લાકડું ચંદનની માફક ધસવું, તેમાં સુખડ ધસવી, તેની સાથે કપુરકાચલી ધસવી, સાથમાં આંખાની જોટલી અને આંખલીનો કચુરો ધસી, એ બધા ધસારાનો એકઠો થયેલો ભાગ તો. ૧ હોય

તો તેની અંદર ફેશર અને કપુર એક એક આનીબાર નાંખી રાખી
મૂકવું. આ મલમ જેવો લોદો આઠ દિવસ સુધી બગડતો નથી,
પછી કુગ વળી જાય છે. આ ઘસારાઓ ઘસતી વખતે પાણીને
બદલે ઉંચી જાતનું ગુલાબજળ અથવા કેવડાજળ હોય તો વધારે
સારું. ખીલ મટે, ફાડકા ગરમાઇના મટે, મોઢા ઉપર લગાવી સ્નાન
કરવાથી ચહેરો તેજસ્વી અને પુલગુલાખી બને. તેમ જ ગૌર વર્ણ કરનાર
આ લેપ છે. સુવાવડ પછી સ્ત્રીઓને મોઢે કાળાં ચકામાં પડી જાય
છે, જેને દાઝ અથવા તાવેતા પડ્યા કહેવાય છે તેને પણ સારો
ફાયદો કરે છે.

*

(૩૧) ભાષ નિરાશ્રયી

આપ એક કોલેજમાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થી છો. ૨૧ વર-
સની ઉંમર અને હસ્તમૈત્રીનના ફાંસલામાં ફસાયા છો. છુટવા અનેક
પ્રયત્ન કરો છો, પણ છુટાતું નથી. હનુમાનજીની બાધા, માતાપિતાના
સોગન, પ્રતિજ્ઞાઓ અને દૃઢ સંકલ્પો એ બધાં આપને સમય આવે
કુછંદથી બચાવી શકતાં નથી, અને માફ શરણ શોધો છો, અસ્તુ.
ભાઈ ! આ ભયંકર બદી આજે અનેક ખીલતા યુવાનોનો વિનાશ
આદરી રહી છે. તેમનાં જીવન મારા ચાકિચિત પ્રયાસથી સુધરે તો તેને
હું માફ મહદ્ ભાગ્ય સમજું છું. હવે જો આપને મારા ઉપર,
આપ લખો છો એવો જ ભરોંસો હોય અને એક પિતા તરીકે મને
માનતા હો તો મારા અહીં સૂચવેલા નિયમોનું અક્ષરશઃ પાલન
કરશો, જરૂર મંગળમય પરમાત્મા આપને એ બદીમાંથી
મુક્તિ અપાવશે:

(૧) બધી જાતના ગરમ મસાલાવાળા ઉત્તેજક ખોરાક છોડી દો.

(૨) જેઠીમધ અને વાવડીંગનું સમાન ભાગે બનાવેલું ચુર્ણ સવાર
સાંજ પાવલી પાવલીબાર ફાંકો, પાણી સાથે.

(૩) વિના કારણે ખાસ જરૂરીયાત સિવાય ગુપ્તભાગને અડ-કરો નહિ.

(૪) અને તેટલી એકાંતમાં રહેવાની ઓછી ઇચ્છા રાખો. એકલા ખાધા જણાઓ કે તુરત બે માણસ વચ્ચે જઈ બેસો.

(૫) ચિત્તની વૃત્તિ ઉપર વાસનાનો વેગ જણાતાં તુરત ખુદ્દા મેદાનમાં દોડી જાઓ અને કસરત કરવા લાગો, અથવા ઠંડા પાણીની ધાર દસ મીનીટ સુધી ગુપ્ત ભાગ ઉપર થવા દો.

(૬) ભાખમ, હનુમાન, લક્ષ્મણ જેવા નૈષ્ઠિક ધ્વજધારીનાં ચરિત્રો ચાદ કરો. જુઓને, લક્ષ્મણજી અહોનિશ પોતાના ભાઈ અને ભાભીની સેવા કરતા હતા, છતાં બ્યારે સીતાજીને રાવણ લઈ ગયો અને તેમનાં આશ્રુષણ મળી આવ્યાં તેને ઓળખવા માટે લક્ષ્મણને કહેવામાં આવતાં માત્ર પગનાં ઝાંઝર સિવાય બીજી વસ્તુ પોતે નથી ઓળખતા એમ જણાવ્યું. દશ વરસના સહવાસમાં વંદન કરતાં માત્ર ચરણ સિવાય તેની દૃષ્ટિ બીજી જગ્યાએ ગયેલી જ નહિ. ક્યાં એ નરયુગવો અને ક્યાં વિષયવાસનાથી બહેકેલી આપણી આંખની પુતળીઓ ? તમે પણ એવી જ બાવના મનમાં રાખો અને નૈષ્ઠિક ધ્વજચર્યનું દીર્ઘકાળ પર્યાંત પાલન કરો.

(૭) ઉપરના નિયમો સિવાય આ બદીથી છુટવાનો એક ઉપાય જેને મેહુનસ્નાન કહેવામાં આવે છે, તે અત્યંત સુંદર અને અસરકારક છે. તેની રીત આ પ્રમાણે છે :

એક વાસણ એવું હોવું જોઈએ કે જેની ઉંડાઈ એક પુટની હોય અને જેની ગોળાઈ દોઢ પુટની હોય. તેની અંદર ઠંડું પાણી ભરી, અંદર એક નાનું સ્ટુલ (ફાનસ મુકવાની નાની ઘોડી હોય છે તેવું) મુકવું, જે પાણીની અંદર ડૂબવું ન જોઈએ.

ત્યારબાદ કપડાં કાઢી એ સ્ટુલ ઉપર બેસવું જોઈએ અને પગ પાણીથી બહાર રાખવા જોઈએ. ત્યારબાદ સફેદ લુગડાનો કકડો એક તૈયાર રાખી જમણા હાથથી ગુપ્ત ભાગની ઉપરની ચામડી

ખેતી આગળના ભાગમાં એકઠી કરી મૂવમાર્ગને ઢાંકી રાખવો જોઈએ.. ત્યારપછી ડાબા હાથથી સફેદ કપડાના કકડાને પાણીમાં ભીંજવી ગુમ ભાગની નસો ઉપર ધીમા હાથે માલીસ કરવું જોઈએ. દર વખત પાણીમાં મોળવું અને ગુમભાગ ઉપર ધીમે ધીમે ધસવું. ઉલટસુલટ નહિ ધસતાં મૂળમાંથી અગ્ર ભાગ તરફ ધસવું. આ રીતે પાંચ મીનીટ અને વધીને ૧૫ મીનીટ સુધી દરરોજ પ્રયોગ કરવો. આવી ખેઠકની સગવડ ન હોય તો ખુરશી ઉપર બેસી એક ડોલમાં પાણી ભરી ડોલને એટલી ઉંચી અને એવી રીતે ગોઠવવી કે ગુમ ભાગ ડોલમાં લટકતો રહે.

આ ક્રિયાને મેલુનસ્નાન કહે છે. અમેરીકા અને અન્ય દેશના ડાક્ટરો આ સ્નાનની મુક્ત કળે પ્રશંસા કરે છે અને આ પ્રયોગ અજમાવવાથી સેંકડે ૮૫ ટકા જેટલા યુવાનો આ બદીમાંથી છુટી ગયાનું જણાવે છે, જેથી અમે પણ આ પ્રયોગ છુટથી અજમાવવા, આવી બદીમાં ફસાઇને છુટી નહિ થકનાર યુવાનોને સલાહ આપીએ છીએ.

*

(૩૨) વ્યાસ-અમરેલી

આંખની જાંખ અને ખીલ માટે ઉપાય માગો છો: ત્રિકાળાં (હરડે, બેડાં, આંખળાં) ની પાવલીભાર ફાકી સાકર સાથે રાત્રે દરરોજ ફાકો અને એટલી જ ફાકી એક શેર પાણીમાં પલાળી રાખી, સવારમાં નીતર્યું પાણી આંખે છોડો, તેમજ 'રખે વહેમાતા' પુસ્તકમાં આંખોના વિષયમાં મધ સાથે બનાવવાની દવાનો નુકસો લખ્યો છે તે જહુ જ મળેનો છે. ખીલ, જાંખાણ અને આંખોના તમામ દર્દને નાબૂદ કરનાર છે, છતાં ઠંડો અને બનાવવામાં સહેલો છે, તે પ્રમાણે બનાવી ઉપયોગ કરો.

*

(૩૩) શ્રી સુરતવાસી

(૧) માથામાં ગરમાઇ નાખૂદ કરવા માટે દીવેલ ધસવું બેશક સારું છે. ધસવું એટલે ‘ખૂબ ધીમા હાથે અંદર પચાવવું.’ ધસવાથી માથું આળું થઇ જાય કે દુઃખવા આવી જાય તેટલું જોર કરવું નહિ. દર ચોથા દિવસે ધસાવવું ઠીક છે.

(૨) માથાના ખોડ માટે લીંબુ ને સીંધવ ધસો અને ત્યારબાદ કોપરેલ તેલમાં થોડું સુખડતું તેલ મિશ્ર કરી માથામાં નાંખો. જરૂર ખોડો નાખૂદ થશે.

(૩) ગળાના ટોનસીલ માટે એક લાઇને ‘અહુરૂપી’ દ્વારા મેં દુધનો પ્રયોગ બતાવેલો; તે બાબત આપ પૂછો છો કે ઓપરેશનની હું સલાહ નથી આપતો અને દુધના પ્રયોગની સલાહ શા માટે આપું છું?

લાઇ! મારા અનુભવથી મેં જોયું છે કે ઓપરેશન કરાવ્યા પછી ટોનસીલ જો કે મટી જતા હશે, પણ થોડો વખત રહી પાછા થઇ આવે છે. પરંતુ જ્યારે દુધ ઉપર એકાદ બે મહિના રહી જાય છે અને આંતરડાં ખીલકુલ સુધરી ‘જાય છે તો ટોનસીલ ફરી ઉપ-હતા નથી. છતાં જેમને ઓપરેશન કરાવીને મટાડવા હોય તેમાં મને વાંધો ન હોઇ શકે. જો કે હું તે માટેની સલાહ આપતો નથી.

(૪) સામાન્ય રીતે સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત અને વીર્યવાન સ્ત્રીપુરુષ એક અઠવાડિયામાં એક વખત સમાગમ કરે અને વીર્યપાત કરે એ ઠીક ગણી શકાય. છતાં ગરમ ઋતુમાં આ સમય વધારવો જોઇએ એટલે પંદર દિવસનો ગાળો રાખવો જોઇએ. શિતકાળ-શિયાળામાં કદાચ એક અઠવાડિયામાં બે વખતની યુવાન માણસોને છુટ આપી શકાય. આ છુટછાટ તો અત્યારના વાતાવરણને લઇને જ કશુલવી પડે છે. પરંતુ કુદરતી કાનુન તો એક મહિનામાં એક વખતથી વધારે

વખત માટે સ્પષ્ટ ઇન્કાર કરે છે. સગર્ભાવસ્થા અને પતિ કે પત્નીની શરીરની નાદુરસ્ત તબીયત વખતે તો સદંતર બંધ રહે એ જ ઇચ્છવા યોગ્ય છે. અને કોઈ પણ કારણે, કોઈ પણ સમયે પરસ્ત્રી-ગમન તો ન જ થવું જોઈએ.

*

(૩૪) રતિલાલ અમૃતલાલ-એડન કેમ્પ

આ પના પ્રશ્નો મળ્યાને બે મહિના થયા. પ્રત્યુત્તર મોકો અપાય છે. કારણ કે ટપાલની વધુ પડતી જવાબદારી તથા અનેક વ્યવસાયમાં શોકાણ રહે છે. તે માટે ક્ષમાયાચના.

(૧) પાઠોશી મિત્રને પેટમાં વાયુ રહે છે-

આજના કેટલાક ખોરાકો વાયુ પેદા કરનાર છે અને નબળાં આંતરડાં પણ વાયુ કરે છે.

એટલે ખરી રીતે ખોરાકમાં ફેરફાર કરવામાં આવે અર્થાત્ વાલ, વટાણા, ચણા અને તેનાથી બનતા પદાર્થો, કાંદા અને ગુવાર, વાલોળ, વગેરે વાયુ વધારનારા ખોરાકો બંધ કરવાથી વાયુ કબજામાં આવે છે. અને નવો પેદા થતો નથી. છાશ વાયુ વધારનાર નથી, પરંતુ થયેલા વાયુનો કબજો કરે છે, એટલે વાયુ સરતો અટકાવે છે. છાશ દરેકને સરખી અસર કરતી નથી પણ જેને માફક ન આવતી હોય તેમણે દરરોજ ન લેવી. છાશમાંહેની ખટાશનો ગુણ નાબૂદ કરવા માટે શેકેલી સુંકે, સીંધવ અથવા સંચળ, છૂર અને શેકેલી હીંગ નાંખી છાશ લેવાથી તેમાંથી દુર્ગુણ નાબૂદ થાય છે અને તે માફક આવે છે. છાશ રાત્રે સૂતી વખતે લેવા કરતાં બપોરનો ખોરાક લીધા ઉપર લેવી વધારે સારી છે.

(૨) ખરજવું નથી મટતું

આજે ખરજવાને મટાડવા માટે ઉપરથી મલમો લગાવાય છે અને એથી 'ખરજવું' ન મટે એ સ્વાભાવિક છે. કારણ કે 'ખરજવું' એ

પણ ચામડીનો એક પ્રકારનો વ્યાધિ છે અને ચામડીને અંદરના લોહીની અશુદ્ધિ મળતી રહે છે એટલે ખરજવું મટતું નથી. મારા અનુભવમાં આવેલા કેસોમાં હું ખરજવાવાળાને ખાવાની ક્વા આપું છું અને સાથે મલમ પણ આપું છું, જેથી ખરજવાં સારાં થાય છે.

ખાવામાં 'રખે વહેમાતા'માં અગાઉ ચામડીના વ્યાધિમાં ગંધ-કની બનાવટ મીઠાના યોગથી બતાવી છે તેની સાથે ચોપચીની ચૂર્ણ, ખટાશની પરેજી રખાવી એકાદ મહિનો આપવાથી અને નીચેનો મલમ લગાવવાથી જરૂર સાફ થઈ જાય છે.

મલમ-ગંધકનો લુકો તો. ૨૫, એસીડ સાલીસીલેટ તો. ૧૫, કપુરનો લુકો તો. ૧૫, બોરીક એસીડ તો. ૨૫, ઝીંક ઓક્સાઇડ તો. ૨૫, કંપીલો તો. ૨૫, કચ્છજીનું તેલ તો. ૫, વેસેલાઇન તો. ૪૦.

પ્રથમ વેસેલાઇન ગરમ કરી બાકીની વસ્તુ બારીક કરી તેમાં નાંખી મલમ બનાવવો. ખરજવાને લીંબડાના પાણીથી ઘોષ દરરોજ એ મલમ લગાવવામાં કાળજીપૂર્વક સારવાર કરવાથી જીનનાં ખરજવાં પણ મટે છે.

*

(૩૫) 'પ્રેમ' મહેતા-ચવટમાલ

ભાઈ! આપની લખાઈ આવલી હકીકતનો સરવાળો કરવામાં આવે તો આપના શરીરમાં મુખ્ય બે વ્યાધિઓ છે, (૧) આંતરડાંમાં પાચનશક્તિની ખામી અને ગરમાઈ. તે ઉપરાંત (૨) ધાતુની નિર્બળતા અને પાતળાપણું.

પ્રથમના વ્યાધિ માટે ફેરીનો પ્રયોગ કરવો કે કેમ, એ માટે આપ સલાહ માગો છો. માફ પણ માનવું છે કે તમે એકાદ મહિનો ફેરી ઉપર રહેશો તો આંતરડાં ક્ષુબ્ધ થયેલાં છે તે મટશે, પાચનશક્તિ સુધરશે અને મોઢામાં આવતી ગરમાઈ તથા થતા ફાંધા બંધ થશે.

ખીજી વ્યાધિ માટે ધ્યક્ષચર્ય સરસ ઉપાય છે. તે ઉપરાંત ગરમ ખોરાકો બંધ કરવા જોઈએ. દુધ વધારે સાંચું છે અને સાથે સાથે મન ઉપર ઈચ્છાના શૃંગારિક વિચારો ન આવવા દેવા એ ધણું જ જરૂરી છે. સ્ત્રી પાસે બેસતાં, વાતચીત કરતાં આપને જરાક ધાતુસ્ત્રાવ જેવું થઈ જાય છે તે આપના મનની નિર્બળતા છે અને વીર્યનું પાતળાપણું છે. ઉપરના ઉપાયોથી સાંચું થશે.

ફેરીના પ્રયોગ માટે માહિતીપત્ર મંગાવશે તો મોટલી આપવામાં આવશે. માહિતીપત્ર કમ જાતની ફેરી લેવી, કેમ પ્રયોગ કરવો, દેવા માણસોને ફેરનો પ્રયોગ માફક આવે છે, વગેરે સંબંધમાં સ્પષ્ટ વિવેચન કરવામાં આવેલ છે.

*

(૩૬) ઉર્મીલા બહેન-કલકત્તા

આપ પ્રીવીયસમાં અભ્યાસ કરો છો, એ જાણીને આનંદ અને આપને મારાં અભિનંદન.

આપ પ્રેમ કોને કહેવો એવો પ્રશ્ન પૂછાછો. સાથે સાથે પ્રેમનું સક્રિય (?) જ્ઞાન હું આપી શકું ખરો ? એવો પણ આપનો ખીજો પ્રશ્ન છે.

(૧) પ્રેમ કોને કહેવો તે વિષે મારા તરફથી શરૂ થયેલી લેખ-માળા જે પુસ્તકાકારે પ્રગટ થયેલ છે, તે 'પુત્રદા અને પારણું'માં હું સાચા પ્રેમની ચર્ચા તેને લગતા પ્રકરણમાં કરવાનો છું, એ વાંચવા તરફી લેવી.

(૨) પ્રેમનું સક્રિય જ્ઞાન ! પરંતુ આનો અર્થ જ હું બરાબર સમજી શકતો નથી, અને જે કાંઈ સમજ્યો છું તેના ઉત્તર રૂપે જણાવું છું કે (૧) આપે લખ કરી લેવું. (૨) પ્રેમનો મર્મ આપને પતિ જ સમ-

ગવશે. (૩) પરપુરૂષ પાસેથી પ્રેમનું સક્રિય જ્ઞાન સંપાદન કરવા જતાં પતનની પરાકાષ્ટાએ પહોંચવાની એકસો ને એક ટકા બીતી છે. એટલું જ નહિ પણ તે પ્રકારનું વર્તન તમારી કુળવણીને લાંચ્છન લગાડનારૂં બનશે. હું તમને પ્રેમનું સક્રિય જ્ઞાન આપવાને અસમર્થ છું. તમે રજાઓના દિવસમાં રૂબરૂ ચર્ચા માટે મને મળવા માગો છો તે અર્થહીન હોય તમારે મારી પાસે એ માટે આવવાની જરૂર નથી.

*

(૩૭) કેશરબાઈ જીડાભાઈ-મુંબઈ

આપની દીકરીને વખતોવખત હેડકી ઉપડી આવે છે, અને તે મહિનાઓ સુધી લંબાય છે. તે માટે આપ કારણ અને ઉપાય માગો છો:

હેડકીની શાસ્ત્રીય ચર્ચા બાબુ ઉપર રાખીએ, તો પણ બેન ! જીવાન છોકરીઓમાં આવી જાતની હેડકી મેં ઘણી જગ્યાએ જોઈ છે. ખરી રીતે રૂઢીએ તો તેમના મનોમંથન અથવા માનસિક વ્યાપારમાંથી ઉપડેલો વાતવ્યાધિ હેડકી પેદા કરે છે. ઘણી છોકરીઓને ઓડકાર આવ્યા કરે છે અને ત્યારપછી હીસ્ટીરીયા જેવું જણાય છે, અને તે ઓછામાં ઓછાં કરતી જણાય છે. હેડકી થવાનાં કારણો નીચેનાંમાંથી એક હોય એમ હું માનું છું:

(૧) નિયમસર અટકાવ ન આવવો. (૨) સંસારસુખમાં કાંઈક ખામી અથવા ખોટું દયાણુ. (૩) કોઈ પણ પ્રકારનો આઘાત. (૪) સંતાનની વાંચ્છના.

ઉપરનાં ચાર કારણો અથવા એને મળતાં કારણો જણાય તો હેડકી માટે સ્વતંત્ર દવા કરતાં પહેલાં ઉપરનાં કારણો તપાસી તેને નાબૂદ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. અને ત્યારબાદ નીચેના નુકસાની દવા એક મહિનો ચાલુ આપશો તો જરૂર હેડકી નાબૂદ થશે.

શંખભસ્મ રતી ૦૧, ચોસક પ્હોરી પીંપર રતી ૧, લોખાનનાં
કુલ રતી ૧, મોરપીંછની બાળેલી ભસ્મ રતી ૧, કપુરકાચલીનું
ચૂર્ણ રતી ૧, અમ્મિકુમાર રસ રતી ૧.

ઉપરનું પ્રમાણ એક વખતનું છે. દિવસમાં ત્રણ વખત મધ
સાથે આપવાથી ગમે તેવી હેડકી નાબૂદ થાય છે. લાગક એક મહિનો
ચાલુ રાખવાથી અને વાયુ કરનાર બજાયાં, પાતરાં, કઠોળ બંધ
રાખવાથી અન્યુક ફાયદો કરશે. સેંકડો દરદીઓ ઉપર અજમાવી
જેએલ છે.

તમારી બીજી ન્હાની દીકરી માટી, પેન્સીલ, કોલસા ખાય છે
તેને માટે:

માટી, પેન્સીલ, કોલસા ખાવા ન દેવાં એ હિતાવહ છે. પરંતુ આવ-
ળના કોલસા કદાચ દિવસમાં એકાદ બે ખાઈ જાય તો તેમાં કોઈ પણ
જાતનો વાંધો નથી. માટી ખાનાર કેટલાંક બાળકોને માટી છોડાવી
કોલસા ઉપર ચઢાવવાથી લાભ થયો છે. કોલસામાં સાકર રહેલી છે
અને એ હોજરીમાં ગયા પછી કાર્બન પેદા કરે છે; અને ઘણાં-
ખરાં બાળકોને એથી ખોરાક પચવા લાગે છે તથા પેટ નાનાં થપ
જઠર પ્રદીપ્ત થાય છે.

માટી ખાનાર બાળક ઘણું કરી કૃમીપ્રધાન હોય છે. એટલે
એને નીચે મુજબની દવા આપવામાં આવે તો તેની માટી ખાવાની
ટેવ નાબૂદ થાય છે.

કાળી જીરું શેકી લઈ તો. ૨૧, વાવડીંગ તો. ૨૧, દેકામાળી
તો. ૧૧, ઇંદ્રજવ તો. ૧, સુંક તો. ૦૧.

ઉપરની વસ્તુ બારીક કરી કુંવારના રસમાં ચણા જેવડી ગોળા
વાળી, દિવસમાં ત્રણ વખત એક અથવા બે ગોળા આપવાથી બાળક
માટી ખાતું બૂલે છે.

(૩૮) જમનાદાસ રતનશી—કલ્યાણ

પુગના ગોઠણના સોજા માટે ઉપાય પૂછો છો : પ્રથમ તો સોજા ઉપર હીમેજ તો. ૫, ફટકડી તો. ૨૧, મોરયુથુ તો. ૧૧, તેની ધતુરાના રસમાં ઘુંટી સોગડી બનાવી, સુકાય ત્યારે પથર ઉપર ઘસીને ગોઠણના સોજા ઉપર લગાવો. પાણીમાં ઘસવી અથવા તો ધતુરાના રસમાં.

ગોપચીની તો. ૧૧ તથા આકન તો. ૧૧ એ બન્ને પાશેર દુધમાં ખીર જેવું બનાવી, સત્તાર સાંજ લઘુ યોગરાજની એ ગોળી ગળી એ ખીર પીઓ. એક મહિનામાં આશાતીત લાભ થશે. ખટાશ બધી જાતની બંધ રાખશો.

*

(૩૯) ‘બહુરૂપી’ ગ્રાહક નં. ૫૮૪

અં કવૃદ્ધિ માટે મારો અનુભવ ‘રખે વહેમાતા’માં આપેલો છે. છતાં વિશેષ નિદાન કરાવવા ઇચ્છા હોય તો મારી પાસે ઘણું ખુશીથી આવી શકો છો.

*

(૪૦) શ્રીયુત ‘અખતર’

પ્રિય ભાઈ ! આપના પ્રશ્ન જેવો જ પ્રશ્ન અગાઉ કરાચીના એક વહોરા ગૃહસ્થે પૂછેલો, એનો જવાબ સવિસ્તર અપાઈ ગયો છે.

જાહેર સભામાં બોલવું, પાંચ મનુષ્યની મીટીંગમાં આગળ પડતો ભાગ લેવો, વગેરેમાં મન પાછું રહે, સભાક્ષોભ લાગે એ

વ્યાધિ નથી, માત્ર માનસિક નિર્મળતા છે. હિંમતથી બોલવાની શરૂઆત કરે, માનાપમાનની અગાઉથી બહુ વિચારણા ન કરે, તો ધીરે ધીરે હિંમત આવે છે અને એકાદ બે વખત શરૂ કરવાથી પછી આગળ વધાય છે. અભ્યાસ એ જ માણસને બળવાન બનાવનાર છે. તેમાં ખાસ દવાની જરૂર નથી. છતાં હૃદય કમજોર હોય તો હૃદયાનંદ રસ થોડો વખત વાપરવો (તેનો પાક ‘રબે વહેમાતા’માં બતાવ્યો છે.)

*

(૪૧) નટવરલાલ મણીલાલ જૈન

ભાઈશ્રી, શીઘ્રપતન એ સંસારસુખની ખામી તો ખરી જ. તેમાં બન્ને પક્ષને સંતોષ નથી જ થતો અને ખાસ કરીને સ્ત્રીઓને તો સંસારસુખમાં ‘પરાકાષ્ઠા’ નથી અનુભવાતી તો તેને જ્ઞાનતંત્રુનો વ્યાધિ થાય છે અને આજના હીસ્ટ્રીરીયા જેવા વ્યાધિ આવા અસંતોષને જ આભારી છે.

ઉપાય તો ઘણા છે. તાત્કાલિક ઉપાયમાં અશીષુ, કેશર, બાંગ, જલયક્ષ્ણ જેવા પદાર્થોની ગોળી રૂકાવટ કરે છે. પરંતુ એ નુકસાન પશુ એટલું સરસ કરે છે કે થોડા વખતમાં શરીરનું હીર અને તૂર નાબૂદ કરે છે, દરદી પરાધીન પશુ એટલો જ બને છે કે એને પછી એ ગોળી વચર નથી ચાલતું. એ માટે સારો ઉપાય તો એને કહી શકાય કે જેમાં વિષારી દ્રવ્યો ન હોય, વીર્યને ઠંડું બનાવે, ઘટ કરી, સાચી સ્ફુર્તિ આપે અને લીધેલા ખોરાકમાંથી સાતે ધાતુને મજબૂતી આપે. આવા નુકસા આપને ‘રબે વહેમાતા’ પુસ્તકના સ્વમંદોષ અને નપુંસકતાના વિષયમાંથી મળશે. એટલે મારી સલાહ તો એવી નિર્દોષ અને જેમાં અશીષુ, બાંગ ન પડતાં હોય, તેવી જાતની દવાઓ લેવાની છે.

*

(૪૨) સી. કે. પટેલ

હસ્તમૈથુનથી ગુણ લાગનું ટુંકાપણું, પાતળાપણું, અને મૈથુનકાળે શીઘ્ર પતન, એ માટે જાહેર ખબરની દવાઓથી નાસીપાસ થયા છો, માર્ગ પૂછો છો :

ભાઈ ! આ અધિકારભર્યા માર્ગ ઉપર અમાઉ મેં ‘બહુરૂપી’માં અનેક વખત સાચો પ્રકાશ ફેંક્યો છે. ‘રખે વહેમાતા’માં ખાસ પ્રકરણો મારા અનુભવનાં સાચાં અશ્રુમિંદુઓથી લખ્યાં છે. આ પ્રશ્ન પુછાય છે અને મારે લખવું પડે છે ત્યારે હૃદય કંપે છે, કલમ ધ્રુજે છે, કોઈ મનુષ્ય શરીર ઉપરથી કપડાં કાઢી સળગાવી દે અને પછી તેને હતાં તેવાં કરી આપવાનો ઉપાય માગે એના જેવો આ દુઃખદ વિષય છે. એક જ વિષય અને એ બાબતનો પ્રત્યુત્તર વારંવાર પેપરમાં પ્રગટ કરવો ઠીક નથી લાગતો. આપના જેવા પ્રશ્નો ‘બહુરૂપી’માં અગાઉ ઘણા ભાઈએ પૂછ્યા છે અને એમને મેં જવાબ લખ્યા છે, ઉપાય બતાવ્યા છે, તેમાંથી આપે શોધી લેવો ઘટે. અથવા તમે ‘રખે વહેમાતા’નું નવું સંસ્કરણ પ્રકાશ આપું વાંચી જુઓ. સંપૂર્ણ સંતોષ થશે, માર્ગ મળી રહેશે.

*

(૪૩) ‘લાન ભુલેલા યુવક’—મુંબઈ

પત્ર મળ્યો. મારા ઉપરની અનુલિત શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ માટે હું આપનો આભારી છું.

આપનો પ્રશ્ન લગભગ ઉપરના પ્રશ્નને મળતો છે. ખરાબ કુટેવથી જેટલી અને જેવી અસર થવી હતી તે થઈ ગઈ. હવે એ કુટેવ લાંબા વખતથી બંધ કરી છે, સંસારમાં પડ્યા છો, પત્ની સાથે સમાગમ સુખપૂર્વક કરી શકાય છે, તો પછી ખોટી ભીતિ રાખવાનું કારણ

નથી, હવે વધુ ને વધુ ગુપ્ત ભાગ ખરાબ થશે એમ માનવું ઠીક નથી. બધકે યુવાન સ્ત્રીના યોગ્ય સમાગમથી સ્થિતિ સુધરશે. માત્ર હદ વટાવી સંસારસુખ ભોગવવું ન જોઈએ, અને સાદા તલનું તેલ હમેશાં ગુપ્ત ભાગ ઉપર માલીસ કરો, જરૂર લાભ થશે. જલદી ફાયદો કરવા માગતા હો તો તલના તેલમાં ચોથા ભાગે સિંહની ચરખી મેળવીને માલીસ કરજો.

*

(૪૪) દીનુભાઈ એલ.—મોમ્બાસા

પુત્ર મળ્યો, આપના પ્રશ્નોનો જવાબ નીચે મુજબ છે :

(૧) માથાના વાળ ટુંકા રાખશો અને ફેસ્ટર ઓઇલ મગજ ઉપર દરરોજ ઘસાવશો તો માથામાંથી ફેતરી ઉખાટી બંધ થશે. મગજ ઉપર ઠંડક રહેશે.

(૨) કસરત કરનારનું પેટ સખત રહે એથી કાંઈ ચિંતા કરવાની નથી. કારણ કે કસરત નહિ કરનારના પેટના સ્નાયુ કરતાં કસરત કરનારના પેટના સ્નાયુ વધારે સખત અને મજબૂત હોય છે. એથી ચિંતા કરવી નહિ. બાકી ઝાડો સખત આવતો હોય તો સુતી વખતે ગરમ દુધ સાથે બે રૂપિયાભાર ઘી નાંખી પીધા પછી સુષ્ટ જવાનું રાખશો. સવારમાં ઝાડો સખત નહીં આવે.

(૩) દુધ ક્યારે પીવું? દુધ તો ગમે ત્યારે પી શકાય. દુધ એ તો ઉત્તમ ખોરાક છે, મધુર પીણું છે, અને જે કહો તે છે. જ્યારે જ્યારે જુખ જણાય ત્યારે દુધ લેવાય એમાં કશો વાંધો નથી. છતાં સવારમાં ઉઠી કસરત કર્યા પછી એક શેર દુધ દોઢેલું તૈયાર હોય તો તાજું જ, નહીંતર ગરમ કરી દારેલું લેવું, તેમ જ રાત્રે સુતી વખતે પૂ. કે. ૪

પણ દુધ એ જ મુજમ લેવું. બપોરના ખોરાક પછી હાસ લેવાય તો વધારે સારું.

(૪) આપના મિત્રને કસરત ઉપર ચઢાવો. નિયમસર પદ્ધતિ મુજમ કરસત કરવાથી બેશ્વક પહેલવાન જેવું સરસ શરીર થઇ જશે.

(૫) ગરમાગરમ ખોરાક ખાઓ નહીં, વીજળીના દીવાથી વાંચે નહીં, સીનેમા જુઓ નહીં, ખીડીઓ પીઓ નહીં, આંખમાં દરરોજ દીવેલ (કેસ્ટર ઓઇલ) આંખે. જરૂર આંખો સારી થશે.

*

(૪૫) સવિતાબહેન-વીરાનગર

પ્રિય બહેન ! આપનો પત્ર વાંચ્યો. વાંચ્યા પછી ત્રણ દિવસ સુધી આપને શું લખવું એ વિચાર-તંદાએ કહ્યું કે પછી માર્ગશૂન્યતાએ મને દિગ્મુદ જેવો બનાવ્યો. છતાંય આપની લાગણીને ન્યાય આપવાની ખાતર કહેવું જોઈએ કે સમાજના મૂળમાં ઉંડી જડ ધાલી બેઠેલા સડાની ઝાંખી આપના કથનમાંથી સાંપડે છે, અને એ ‘બહુરૂપી’ના વાચકો સમક્ષ રજૂ કરું છું :

આપની લાંબી કથની ઉપરથી મેં નીચેના મુદ્દા તારવ્યા છે :
ઉંમર વરસ ૨૨. ચૌદ વરસની ઉંમરે લમ. પછી બાર મહિના વૃદ્ધ પતિ સાથે સંસાર ભોગવી વિધવા અવસ્થા. પુનર્લગ્નની છુટ નથી એવી જ્ઞાતિમાં જન્મ. કામવેગને નહિ દયાવી શકવાથી હસ્ત-મૈથુનની ત્રણ વરસથી પડેલી ટેવ અને અને તેથી ગુપ્તભાગમાં પડેલી ચાંદી.

આ માટે ‘બહેન’! મારી પાસે માર્ગ-ઉપાય અને ઉપચાર માગો છો : શું લખું, બહેન ? સમાજની ઉંડી ગર્તમાં સપડી રહેલી તું અને તારા જેવી બહેનો માટે મારા અંતઃકરણના ગહરા પ્રદેશમાંથી

કાંઈ કાંઈ અવાજો આવે છે. યુવાન બાળવિધવાઓના અંતરના આત્મનાદો સાંભળવાને સમાજના કાન બહેરા છે ! જાતીય આવેગો—યુવાવસ્થાના—મનમથવલોણાનો તાગ કાઢવા માટે પુરૂષોને ક્યાં હાલ છે ? બહેન ! તારી આ સ્થિતિ સાંભળીને ઘણાંયે પુરૂષો હાસ્ય કરશે ! તારા નિર્જાળ મનની ઠેકડી કરવા સિવાય એમને બીજો સુમાર્ગ સુએ જ શાનો ?

જાતીય રોગોને કાઝૂમાં રાખવા માટે સંયમ પાળવો, ધ્વજચારી બનવું, એ કહેવું, લખવું અને સાંભળવું જેટલું સહેલું છે તેટલું આચરવું સહેલું નથી જ. તેમાંય યુવાવસ્થાના ધોડે ચડેલા દેહને એ ધોડો પુરપાટ દોડી રહ્યો હોય ત્યારે, મદનના આવેગની હવા ન લાગવા દેવી, એ સ્થિતિમાં તો હનુમાન અને લક્ષ્મણ જેવા વીર નરો તથા અનુસયા અને સીતા જેવી દેવીઓ જ મક્કમ રહી શકે.

સામાન્ય મનુષ્ય પણ યોગ્ય વાતાવરણ—શ્રમ, દમ, વગેરેની અરોધનાથી આવા આવેગોને રોકી શકે છે, અટકાવી શકે છે. પરંતુ આ માર્ગ અસિધારા જેવા તો છે જ. માનવપ્રાણી અન્યના ચારિત્ર ઉપર ટીકા કરવા ઉતરે છે ત્યારે પોતાની જીવનકથા બૂલી જાય છે. હૃદય ઉપર હાથ રાખી, દરેક મનુષ્ય પોતાની જ જીવનચર્યા ઉપર—ગયેલા, આવતા, કે આવેલા યુવાનકાળ ઉપર આછી આછીય નજર ફેરવી જાય, તો ઉચ્ચ ચારિત્રની કેડી ઉપર પગને ટકાવી રાખવા અને લપસેલ પગની ફરી સમતુલના જાળવવા કેટકેટલાં મનોમંથનો સહન કરેલાં, તેનો તેને ખ્યાલ આવે. છતાંય શી ખમર—આદર્શ ચારિત્રમય જીવન ગાળી શકાયું છે કે તેનું પતન થયું છે ? એ તો દરેક માનવીને તેનું હૃદય જ કહી શકે.

બહેન ! જરાએ હતાશ થશો નહિ. તમારા જીવનની ફરતો વીંટળાએલો હૃદયવિહોણો માનવસમુદાય તમને શાં શાં દુઃખો આપી રહ્યો છે, તે તમારી કહેણીથી સમજાય છે.

છતાં યે તમે એવા સમાજમાં જન્મ્યાં છો કે તમારે એ બારે-બાર દુઃખોને સહન કરીને દિવસ વિતાવવાના રહ્યા. હા. તમે ધારતો તો એ રૂઢીનાં બંધનોને ફગાવીને, એ સમાજને આંગળીચી 'ધણું' કરતો રાખીને ફરી સધવા થઈ શકત. પણ-પણ એ હિંમત, એ પોલાદના તારોના પાસલા કાપીને માનવ તરીકે જીવન જીવવાની હિંમત તમે કરી શકો તેમ નથી. એટલે જ મારે જણાવવું જોઈએ-જે અન્ય જણાવે છે તેવી જ રીતે-કે તમારે સંયમી બનવું. તમે વિધવા છો. હવે તો તમારા વર્તુલોનાં માનવીઓને હર પળે તમારા શરીરની મજૂરીથી સેવાઓ આપવાની છે. માટે તમારે વિધવા તરીકે પણ તંદુરસ્ત રહેવું જોઈએ.

કુટેવને છોડવાનું સાધન એ એક અભ્યાસ છે. મનોનિગ્રહથી ગમે તેવી કુટેવો ઉપર અંકુશ મેળવી શકાય.

અર્જુનનાં વચન પ્રમાણે :

‘ પ્રબલં હિ નમઃ કૃષ્ણપ્રમાથી બલભદ્ર દદમ્
તસ્યાહમ્ નિગ્રહમ્ મન્યે વાયોરેવ ચ દુષ્કરમ્.’

‘ઓ કૃષ્ણચંદ્ર ! મહાન બલવાન મન-તેનો નિગ્રહ દુષ્કર છે. વાયુને રોકી રાખવા જેટલો જ છતાંયે ફરી-એ મહા પુરૂષ પોતાના વચન ઉપર દ્રઢ છે.’

‘વૈરાગ્ય અને અભ્યાસ હોય તો મનને રોકી શકાય છે. મન રોકાણું એટલે કુટેવો અને સુટેવો કાળમાં રહે છે.

પછી ઔષધ માટે આપને આપણની છાલ તો. રા. જાંબુની છાલ તો. રા. માયું ફળ તો. ગા. ફટકડી તો. ગા. આ બધાંને ઉકાળી, કપડાથી ગાળી, ગુપ્ત બાગમાં દરરોજ એક વખત ફૂલ લેયો.

તે ઉપરાંત ઝીસરાષ્ટ્ર તો. ૫, એસીડ ટેનીક તો. ગા. પ્રથમ એસીડ ટેનીકમાં પાવલીબાર પાણી નાંખી ઓગળી જાય ત્યારબાદ

ગ્લીસરાઇન નાંખી એકત્ર કરવું. તેમાં રૂનો પોલ બોળી ગુમ ભાગમાં પહેરી લેવો. ઉત્તેજના આપનારા ગરમાગરમ, મસાલાદાર, અને મીઠાઇના પદાર્થો બંધ કરી સાત્વિક જીવન શરૂ કરશો.

*

(૪૬) શ્રી રમણીકલાલ

પત્ર મળ્યો. શરીરમાંથી અને ખાસ કરીને બગલમાંથી પસીના આવવો અને તેની ખરાબ વાસ આવવી તેનો ઉપાય પૂછો છો:

આપણા ખોરાક ઉપર શરીરના પસીનાનો આધાર છે. દરેક મનુષ્યના શરીરમાંથી એક પ્રકારની વાસ તો ઉત્પન્ન થાય છે—પરંતુ એ વાસ અણુગમો આવે તેવી ખરાબ ન હોવી જોઈએ. તેમાં પશુ જ્યારે પોતાના શરીરની આવતી વાસ પોતાને જ ખરાબ લાગે ત્યારે તો શરીરમાંના ધાતુઓ અને લોહીમાં કાંઈ અણુગમતું તત્ત્વ છે એમ વિના શકે કહી શકાય.

મારા માનવા પ્રમાણે લસણ, ડુંગળી અને ચણાના પદાર્થો વિશેષ ખાવાની જોડે ટેવ છે અથવા જોના શરીરમાં ખટાશ વધેલી હોય છે તેના શરીરમાંથી ચોક્કસ અણુગમતી વાસ આવે છે.

અથવા વીર્ય-ધાતુનો બિગાડો કેટલીક વખત પગના સાથળના મૂળમાંથી અને બગલમાંથી ખરાબ વાસ પ્રગટાવે છે. એ વાસ એવી વિચિત્ર અને ખરાબ હોય છે કે પાસે બેસનારને પણ અણુગમો પેદા કરે છે. એવાં મનુષ્યનાં પહેરવાનાં કપડાં અને સુવાની પથારી પણ ખરાબ વાસથી ભરપુર રહે છે.

ઉપાય તરીકે ઉપર જણાવેલો ખોરાક આપે બંધ કરવો અને નીચેનો લેપ બગલમાં તથા શરીર ઉપર લગાવવો:

સુખડ, સ્તાંભલી, કપુરકાચલી, એલચી, સુગંધી વાળો, કેશર, અગર. આ બધી વસ્તુને બારીક પીસી નાંખી, ગુલાબજળમાં બારીક બાટી શરીર અને બગલમાં લેપ કરવો.

મુશળી તો. ૨ા, આસંધ તો. ૨ા, લાંગ તો. ૦ા, કેશર તો. ૦ા, અક્કલકરો તો. ૧, કૌચાં તો. ૧, કરતુરી ચાર વાલ, બધાંને ખાંડી, પાણી સાથે ચાગુના દાણા જેવડી ગોળા બનાવી દુધ સાથે સવાર સાંજ લેવાથી ધાતુ સુધરશે, ખરાબ વાસ દૂર થશે અને શક્તિ વધશે.

બીજો પ્રશ્ન: કરતુરી ખાધ શકાય ખરી? અને તે કેવી રીતે?

કરતુરી ઉષ્ણ અને ઉત્તેજીત છે. અંગ્રેજીમાં જેને સ્ટીમ્યુલન્ટ કહેવામાં આવે છે તેવી.

એકલી કરતુરી ખાવી ઠીક નથી. કોષ પશુ દવાની સાથે ખાવાથી શરીરમાં સાચી ગરમાધ આવે છે, સ્ફુર્તિ વધારે છે અને જાગૃતિ લાવે છે.

ગ્રિમ (ઉનાળો) ઋતુ કરતાં ઠંડી મોસમમાં કરતુરી વાપરવાથી ઓર મજા રહે છે. પણ સાચી કરતુરી જ ક્યાં છે? આજે બજારોમાં સાધારણ પ્રકારની પણ મેળસેળવાળી અને બનાવટી વસ્તુઓ થોડાંબધ વેચાવા લાગી છે, તો પછી ૨૦-૩૦ રૂપિયે તોલાની કરતુરી સાચી મળવી અને તેમાં પણ સામાન્ય રીતે જે તેની યથાર્થ પરીક્ષા કરી શકે નહિ તેને માટે સાચી કરતુરી મેળવવી એ કઠિન કામ છે. મોટી નામધારી કંપનીઓ પણ કરતુરી બનાવટી વેચે છે. કરતુરી, અંબર અને કેશર વેચનારા ફેરીયાઓથી તો પ્રભુ બચાવે. આ સેવકને કેટલીએ વખત આવા માલમાં ઘોલ પડી છે અને એ માલને સીદ્ધો ગટરમાં જ પધરાવી દેવો પડ્યો છે. હમણાં જ હું વડોદરા પાસે કરજણ ગયેલો. મારા રનેલીએ કરતુરીનો આખો દુંટો સારા જેવા પૈસા ખરીદીને લીધેલો. કરતુરીયા મૃગનો દુંટો વગર તોડેલો એટલે સાચો હોવાનો એમને ઇતખાર પુરેપુરો. પરંતુ બ્યારે એ

તોડ્યો ત્યારે અંદરથી કાળી મટોડી સિવાય અઢી તોલા કહેવાતી કસ્તુરીમાં એક રતી પણ સાચું તત્વ નહિ ! અને દુંટાનું ચામડું ! અરે એ તો ખીસકોલીને મારીને તેની ઉપરનું ચામડું લઇ તેની અંદર મટોડી જ બરેલી ! લહું કરે ભગવાન આવા વેપારીઓનું ! માટે કસ્તુરી તથા અંબર શુદ્ધ મેળવવાં અને તેવાં જ વાપરવાં.

[આજથી તેર વરસ પહેલાંની વાત છે. વઢવાણ શહેરમાં ઉત્તર હિન્દુસ્તાનનો ગામડીયા જોવો દેખાતો ફેરીયો કસ્તુરીના દુંટા લઇને આવેલો. મારા એક મિત્ર મુગ્ધ બન્યા. કસ્તુરીની તીવ્ર વાસ આવતી હતી. સોદો શરૂ કર્યો. ફેરીયાએ વીશ રૂપિયા કહ્યા. મારા મિત્રે પાંચ રૂપિયા કહ્યા. હા-ના કરતાં સાત રૂપિયા કિંમત નક્કી થઇ. પરંતુ તે વખતે જ હું ત્યાં જઈ ચડ્યો. બેઠીની વાત સાંભળીને મેં તો એકદમ દુંટો ઉપાડીને તોડી નાંખ્યો. તેની અંદરથી વૈધરાજ રહે છે તેમ કાળી મટોડી નિકળી. ફેરીયો બબડવા લાગ્યો. પણ મારા મિત્ર સાત રૂપિયામાંથી બચી ગયા. માત્ર કસ્તુરી અને અંબરમાં જ નહિ પણ કેશર, સાલમ, મુસળી, મોટી વજનદાર હરડે વગેરે અનેક ચીજોમાં આવી બનાવટ થાય છે. માટે ખાસ સંભાળવું. તંત્રી ‘ બહુરૂપી ’]

*

(૪૭) મી. ‘ એક્સ ’—પાલડી

આપનો પત્ર મળ્યો. સંસારયાત્રામાં ત્રણ ત્રણ વખત લમ થયા છતાં આપની એ લમસૃષ્ટિની કડવાશ વ્યક્ત કરે છે. સુકા-ચેલા હૃદયને નવપલ્લવિત બનાવવા ઉપાય પૂછે છે.

પ્રિય ભાઈ ! સ્ત્રી અને પુરૂષ સૃષ્ટિના બે સરખા દુકડા છે. જગતના નિષળવનાર કલાકારે એ બેકેને વિભિન્ન કર્યાં હોવા છતાં એકું જાતીય આકર્ષણ મૂક્યું છે કે સ્ત્રી વિના પુરૂષ અને પુરૂષ વિના સ્ત્રી રહી શકતી નથી. અને એ વિભિન્ન આત્માઓ એકબી સાધવાને માટે લમ રૂપી વેદી ઉપરિથત કરે છે, તે દ્વારા એકતા સાધે છે.

જે કાળમાં હાલના જેવી લગ્નપ્રથા નહિ હોય અથવા લગ્ન એ કોઈ જુદાં સ્વરૂપમાં પ્રચલિત હશે તે દિસે પણ બી પુરૂષ એક બીજાની ન્યારાં તો રહી શક્યાં નથી. મનુષ્ય સિવાયની અન્ય જીવંતી સૃષ્ટિ-પશુ, પક્ષી, જીવ, જંતુ, વૃક્ષવેલી, છત્તાદિ સર્વમાં નર અને માદા રૂપે સૃષ્ટિક્રમ ગોઠવાયો છે અને એકના અભાવે બીજાની સૃષ્ટિનું અવગાહન થતું નથી.

માણસ જાતિમાં જેમ જેમ જ્ઞાનનો આવિર્ભાવ થયો તેમ તેમ મર્યાદાઓ અને વર્તુલોમાં રહીને ઐક્ય સધાવા લાગ્યું, લગ્નપ્રથાઓ ઘટાટ અને તેના ઉપર સમાજનાં રૂઢીચંધોના લઘામાં, અને ત્યારથી જ જીવંતી સૃષ્ટિમાં વિકૃતપણું આવવા પામ્યું છે. એ કારણથી લગ્ન તેના સાચા આદર્શથી અન્યારે કેટલુંક દૂર જવા પામ્યું છે.

લગ્ન એ ધાર્મિક દૃષ્ટિએ અતિ પવિત્ર બંધન છે અને સમાજ-સંરક્ષણને સારૂ પણ લગ્નનું બંધારણ અનિવાર્ય છે. તો પછી આજે સમાજમાં લગ્ન પ્રત્યેક વ્યક્તિને કલ્યાણકારી નીવડવાને બદલે યાતના-રૂપ, દુઃખમય, પરાકાષ્ટાના પર્વતરૂપ કેમ નીવડે છે ?

લગ્ન થયા પહેલાં લગ્ન માણવાનાં અનેક સુખદ સ્વપ્નો જોતાં યુવાન-યુવતિઓ, હજી લગ્નજીવનનો ઉંઝરો પણ ઓળંગ્યો હોતો નથી ત્યાં જ થંભી જાય છે, એમને આગળ વધવાની હામ રહેતી નથી. જીવનની સૌરભ લગ્ન પહેલાં જે સબર બરી હોય છે તે વિષયી યે વિષમ અને કટારીથીએ કાતીક બની જઈ, જીવનમાં નહિ કદેબેલા અનુભવો આવી પડે છે. એથી ક્લેબું વીધાય છે અને ઉભયમાંથી જે લાગણીપ્રધાન હોય છે તેને એ લગ્નની જે સૂઝ અને અભાવ ઉત્પન્ન થાય છે તે આજીવનપર્યંતનાં હોય છે. જો તે બેઉમાં એક વ્યક્તિ વ્યવહારકુશળ હોય તો તે જીવનનું રૂપ-તર કરવા મથશે, લગ્નજીવનમાંથી આવતી બદબોની સામે સહનશીલતા રૂપી બારી બંધ કરી એ બદબોથી બચવા પ્રયત્ન કરશે. ત્યારે

પ્રથમ એ ઉઠે છે લગ્ન એ દુઃખરૂપ કેમ ? શું લગ્નપ્રથા અનિચ્છનીય છે ? માનવ જાતને માટે લગ્નપ્રથા ખીનજરૂરી વસ્તુ ઠરે છે ?

નહીંજ, લગ્ન એ અનિચ્છનીય નથી. લગ્નનું સ્થાન અને મહત્તા એ એક જુદી જ વસ્તુ છે અને સમાજમાં ઉંડાં મૂળ ધાલી બેઠેલા ચૂસ્ત રૂઠીના પાસલા એ એક જુદી વસ્તુ છે. અત્યારે જે રીતે લગ્ન થાય છે, જે રીતે સ્ત્રી અને પુરૂષ જોડાય છે તે બરાબર છે ? નહીંજ. લગ્ન જેટલું સ્વાભાવિકતાથી દૂર જમ્મને કૃત્રિમતાએ ઉભું છે એટલી જ આજે લગ્નજીવનમાં વિષમતા ઉતરી છે. એને ટાળવા માટે લગ્નનો વૈદિક હેતુ બ્યારે સમાજના કાનમાં બેરશોરથી ધુંકવામાં આવશે ત્યારે જ કુપ્રથાઓનું પરિવર્તન થશે.

જન્મ્યા પછી સ્તનપાન પશુ છોડ્યાં ન હોય ત્યારથી જ માતા-પિતા એ બાળક કે બાળકીનાં વાગ્દાન કરી આપે છે. એ બાળક બાળકી પુખ્ત ઉમરનાં થાય ત્યારે એક બીજાનાં રૂપ, ગુણ, જ્ઞાન, જાતિમાં જે વિષમતા હોય, તે પશુ મતાપિતા તેમને એક બીજાથી જોડીને વડીલ તરીકેનો લ્હાવો માણવા છામ્મે છે, અને એ રીતે તેઓ એમનો સંસાર જોડીને લગ્નની વાસ્તવિકતાનું ખૂન કરે છે.

તેમાં પશુ ઇતિહાસની દૃષ્ટિથી જેટલા ઉંડાણમાં જમ્મ શકીએ ત્યારથી માંડીને અત્યારસુધી અને આજે પશુ આપણા સમાજના-મોટા વર્ગમાં સ્ત્રી એ પુરૂષની ધડતર-ભોજ્ય બની રહી છે. સ્ત્રીને જાણે કે આત્મા જ નથી-તેનામાં મનુષ્યત્વ જ નથી-એમ પાણેલા પશુની માફક પુરૂષ-સમાજે તેના ઉપર આધિપત્ય ભોગવ્યું છે અને કેવળ સ્ત્રીને પદાર્થદૃષ્ટિથી જ નિહાળી છે.

કોઈ પશુ પદાર્થાંત પદાર્થ અત્યંત દબાઈને બમણા બોરથી ઉછળે ત્યારે તે દબાવનારને પશુ દૂર ફેંકે છે; એમ અત્યારે સ્ત્રીસમાજ માત્ર મનુષ્ય તરીકે જીવવા માગે-જીવવા માટે યાચના કરે, બાંધ પોકારે, તેને પશુ પુરૂષવર્ગ સહન કરી શકતો નથી. એને

એ સ્વચ્છંદીપણું ગણે છે અને સદાકાળ પોતાની મરજીને આધીન રહેતી સ્ત્રી જ્યારે બાળુમાં બેસવા કરતાં સામે બેસે છે ત્યારે પુરૂષ અકગાય છે—મુંઝાય છે અને કહે છે : ‘ ન સ્ત્રી સ્વાતંત્ર્યમર્હતિ. ’ સ્ત્રી સ્વતંત્ર થવાને યોગ્ય જ નથી. કારણ કે એની કેવળ શરીર રૂપે જ ગણતરી કરવામાં આવી છે અને એટલા પુરતા જ તેને અધિકારો મળી શક્યા છે.

સૈકાઓ ભરથી આધીનતામાં ઝૂકનારી નારીએ નક્કી કરેલા પોતાને માટેના જીવનને સ્વાભાવિક ગણી લીધું છે અને સહનશીલતા રાખીને પણ તેને અનુકૂળ બનવા માટે આજ સુધી પ્રયત્ન કર્યો છે. જ્યાંસુધી એ અનુકૂળતા સચવાય છે ત્યાંસુધી તો તેનું સ્થાન પુરૂષના પગ પાસે રહે છે અને જો જરાકે પ્રતિકૂળતા થઈ તો પદ-પ્રહાર ભોગવવો જ પડે છે અને જીવનવેલનાં કડવાં ફળો ભોગવવાં પડે છે.

ભાઈ ! ત્રણ ત્રણ વખત, આટલી નાની ઉંમરમાં લગ્ન કરી ચૂક્યા છતાં એક પણ સ્ત્રીથી આપને સંતોષ ન થયો. એટલે એનો અર્થ એ કે આપની સ્વાભાવિકતાએ નિશ્ચિત કરેલા માર્ગ ઉપર જ સ્ત્રી પોતાના પગમાં કાંટા ભોંકાવાને કારણે ચાલી ન શકી—ચાલવાની હિંમત દાખવી ન શકી તેનો આપ ત્યાગ કરી, ફરી જીવનને લીધું બનાવે, સુકાતા હૃદયને અમીસીચન કરી સભર ભરે એવી ભાર્યાની આકાંક્ષા અને શોધમાં રહો છો.

પ્રિય બંધુ, આપને હૃદય છે, તેને નવપલ્લવિત કરવું છે, બહેલાવવું છે. તેમ સ્ત્રીને પણ હૃદય હશે ખરૂં કે નહિ ? એ પણ પુરૂષ પાસેથી કંઈ માગી શકે—કંઈ ભાવના ભાવી શકે ખરી કે નહિ ? મેળામાંથી ખરીદેલી કચકડાની પુતળી પણ તેને ચાવી આપો છો ત્યારે નાચે છે. ત્યારે શું તમારી પત્ની એટલીયે અપેક્ષા ન કરે ? તે માત્ર ગુલામ થઈને રહે એવું ઇચ્છનાર પુરૂષનો પક્ષ કરવો એ

મારા આત્માથી વિરૂદ્ધ છે. આપ ને ધારત તો ત્રણ ત્રણ સ્ત્રીમાંથી એકાદ અણુખીલી કળીમાં પરાગ પ્રગટાવી શકત. એકાદ શુષ્ક ક્યારામાં ઉમેલા ચપેલીના છોડને, હૃદયકોશમાં ભરેલાં પાણી વાણી રૂપી વરતથી કાઢીને જળસિંચન કરી શકત; અને છોડ ને પુષ્પથી ભરચક થયો હોત તો તેની સુરભીથી, તમે અલાર ને શુષ્ક અને દિગ્મૂઢ થયેલા છો તેવા ન રહેત.

આટલા વિવેચન પછી આપને સાચી સલાહ એ આપવાની કે ફરી આપને લગ્ન કરવાં એ જરૂરી છે, તમારા લખવા પ્રમાણે પિતાની ઇચ્છાથી થયેલાં લગ્નમાં વિરોધાભાસ જેવાં લગ્ન ને અનતાં હોય તો તમારો સંસારબગીચો ખીલી ઉઠે એવી યોગ્ય પત્ની પસંદ કરો. પરંતુ યાદ રાખજો, પત્ની એ ગુજરીમાંથી ખરીદી લીધેલું પશુ નથી; એ મનુષ્ય છે. મનુષ્ય તરીકે જીવવાનો અને રહેવાનો તેને હક્ક છે. તેના સ્વતંત્ર જીવનહક્ક ઉપર જે દિવસે તમે તરાપ મારશો તે દિવસે ફરી તમારી જીવનવેલી કડવી અનશે.

*

(૪૮) શ્રી. ‘ દીવ્યાનંદ ’-વિરમગામ

શ્રીમાન ! પત્ર મળ્યો, ‘ પુત્રદા અને પારણ ’ તથા ‘ બહુરૂપીના વાચકો બળવાન બને. ’ આ બેઉ વિષય આપ પતિ-પત્ની સાથે બેસી વાંચો છો અને ચર્ચા કરો છો, તેમજ તમે બેઉ એકી સાથે મારા એ વિચારોને અભિનંદન પાઠવો છો એ માટે આપનો હું ઉપકરી છું.

બાદ આપ કેટલાક પ્રશ્ન મોકલો છો અને તેનો જવાબ જાહેર રીતે માગો છો. જરૂર હું આપીશ. બલે તેમાં આપે મારી ટીકા કરી હોય.

(૧) આપ જાઓ છો કે હું ઉઘાડી રીતે સ્ત્રીઓનો પક્ષપાતી છું, પુરૂષોને ન્યાય આપતો નથી, સ્ત્રીઓની તરફેણમાં ઉતરી જાઉં છું. મહાપુરૂષ મનુમહારાજે પણ પુરૂષનો પક્ષ કર્યો હતો, વગેરે વગેરે.

પ્રથમ તો હું માનું છું કે આપ યુગલ જ્યારે જ્યારે મારા લેખોની ચર્ચા કરતા હશે ત્યારે મારો પક્ષ સ્ત્રીઓમાં ઢળતો જોઈને જ આપને માનહાનિ થઈ હોવી જોઈએ, યા તો આપે હાર કબૂલ કરેલી હોવી જોઈએ.

પ્રિય ભાઈ ! હું પુરૂષ છું. કલમ પણ પુરૂષાભિમાની છે. પરંતુ હું અને કલમ એ બેઉ ખરી વાને તો જડ અને અક્રિય છીએ. અમે બેઉ એક ત્રીજા તત્ત્વની પ્રેરણાથી પ્રેરાયેલાં હોવાથી સ્વતંત્ર નથી. પરંતુ જે પ્રેરનાર આત્મા છે તે નથી સ્ત્રી કે પુરૂષ. માત્ર એ છે સત, ચિત્ત, આનંદનો અંશાવતાર. એને પક્ષ નથી સ્ત્રીનો યા પુરૂષનો. એટલે હું અને મારી કલમ બેઉ સ્ત્રી અને પુરૂષથી તટસ્થ રહી ન્યાયદષ્ટિથી જે જણાય તે લખીએ છીએ.

છતાં એ ખરૂં કે ખીજનું હોવા છતાં ઘણા વખતથી પોને ભોગવેલા મકાનની માલિકીની વાસ્તવિકતા પુરવાર કરવામાં આવે ત્યારે ભોગવનારના લાંબા વખતના ભોગવટાને લઈને તેની માલિકીની વાસ્તવિકતા પુરવાર કરનાર તેને અન્યાયી લાગે છે.

છતાં પુરૂષાભિમાની હૃદયને હું પૂછું છું કે સ્ત્રીઓ મનુષ્ય છે. તો પછી એ મનુષ્ય તરીકે શા માટે જીવી ન શકે ? સ્ત્રી ઉપર લલચેલાં બંધનો એ શું બરાબર છે ? એની પરાધીનતા, એનાં દુઃખ, એનાં આંસુ, એની નિરાધારતા અને એનાં પતન પ્રત્યે જો તમે જવાબદાર નજરથી જોશો તો લાગશે કે શું એક સ્ત્રી આવી પરાકાષ્ટા ભોગવવાને જ સરજાયેલી છે ? આપને આથી વિશેષ લખવાની જરૂર મને લાગતી નથી.

(૨) આપનો બીજો પ્રશ્ન છે : ‘અમે એ યુવાન યુગલ સંપૂર્ણ સુખી છીએ. એકબીજાનામાં એતપ્રેમ જાણી રસબસતા અનુભવીએ છીએ. પરંતુ અમારી ચર્ચાના વિષયમાં ક્યારેક હુંસાતુંસી થાય છે અને બંનેડો જામે છે. તો અમારો પ્રેમ સદા સર્વદા ટકી રહે અને આનંદની સરિતામાં વહન કરતાં અમે સામે તારે પહોંચીએ એ માટે માર્ગ બતાવશો ?’

પ્રણયનો માર્ગ એ તો અલૌકિક માર્ગ છે, લાઘવ ! તે બતાવ્યો વરતાતો નથી. એ મોઢેરા પાઠમાં તો અનેકાએ ગુલાંટ ખાધી છે. પ્રેમને જાળવી રાખવો મુશ્કેલ છે. સ્થાયી પ્રેમ માટે ડોક્ટર કારમા-દકલ રટોપ્સ જણાવે છે કે ‘કોઇ મને પ્રશ્ન કરે કે વૈવાહિક જીવનમાં કઠિનમાં કઠિન કાર્ય શું ? તો હું સીધો પ્રત્યુત્તર આપી દઉં કે ‘સ્થાયી પ્રેમ.’ અર્થાત્ વૈવાહિક જીવનમાં એક જ પ્રકારનો પ્રેમ સદા નિભાવી રાખવો તે કઠિન કાર્ય છે. એક કવિ કહે છે :

‘અગન આંચ સહેવો સુગમ, સુગમ ખડગડી ધાર,
નેહ નિવાહન એક રસ મહા કઠિન વ્યાપાર.’

કવિ મહાત્મા તુલસીદાસનાં વચનોમાં કહીએ તો :

‘તુલસી જપ તપ નેમ વૃત સખ સખ હીં તે હોય,
નેહ નિવાહન એક રસ જનત વિરલા કોય.’

અનેક ગલીકુંચીઓ અને બૂલબૂલામણીથી ભરેલા આ માર્ગ ઉપર આવીને ઉભા તો હરકોઇ રહી શકે છે. પણ એ પંથે પડ્યા પછી ક્યારે તેમાં ઠોકર લાગશે તે કહી શકાતું નથી, અને અણચિંતન્યા અનેક એમાંથી ગખડી પડ્યા છે. પ્રેમ ત્રણ કારણોને અવશંખી રહે છે :

(૧) ગુણથી. (૨) સુંદરતાથી. (૩) સ્વાર્થથી.

અરસપરસ સદ્ગુણથી આકર્ષણ પામી પ્રેમબંધનમાં બંધાયેલાં-નેડાયેલાં નેડલાં પોતાના સદ્ગુણો સાચવી રાખી એક બીજાને અનુ-કૂળ બનવા પ્રયાસ કરે છે, પોતાને અધિક માનવા-મનાવવા ખોટો.

પ્રયાસ કરવામાં નથી આવતો, તો આ કારણે રહેલો પ્રેમ ચીરસ્થાયી બને છે.

સુંદરતા એ સદાકાળ ટકી રહેતી નથી. એમાં રોગ કે કોઈ બીજા કારણે બ્યારે કુરૂપતા આવે છે ત્યારે એ પ્રેમ-ચીરકાળનાં પાણી આછાં બને છે અને સુકાઈ પણુ જાય છે ! એટલે માત્ર સુંદરતાના કારણે નભતો પ્રેમ ચીરસ્થાયી રહેવો મુશ્કેલ છે.

સ્વાર્થનો પ્રેમ એ તો ખરી રીતે પ્રેમ જ નથી. છતાંયે સ્વાર્થની ખાતર તેને નિભાવવો પડે છે. કાં સ્વાર્થ સિદ્ધ થયે એ પૂરો થાય છે, કાં સ્વાર્થસિદ્ધિ નહિ થાય એમ જણાતાં વિલીન બની જાય છે.

પરંતુ વૈવાહિક જીવન અને આજનાં સમાજબંધનોએ એકબીજાને બંધનથી જકડી લીધા પછી તેમાં પ્રેમની ખુશખો હોય या ન હોય, પણુ દિવસો નિર્ગમન કરવાના હોય છે. એવું સંસારી જીવન એ જળ વિનાની સરિતા જેવું, ખુશખો વિનાનાં ફુલો જેવું હોય છે.

બાકી ચર્ચાના વિષયમાં બખેડો થવો એ સ્વાભાવિક છે. કારણ કે બન્ને પક્ષ પોતાની માન્યતા ઉપર દૃઢ હોય છે. એક જ બાબત કે વિષય ઉપર જુદા જુદા દૃષ્ટિકોણથી અવલોકનારને જુદી જુદી રીતે એ સમજાય છે. અને જ્યાંસુધી એ વિષયને સામાની નજરથી જોવામાં ન આવે ત્યાંસુધી વિવાદ જરૂરી રહે છે. ક્યારેક આવા વિષયો વિતંડાવાદ ઉભો કરે છે, અને ક્યારેક એ પ્રભુચક્રલહ રૂપે પણુ રૂપાંતર પામે છે. પણુ ખરી વાત એ છે કે જે પોતે સમજ્યા હોય તે સામા પક્ષને વિનય, વિવેક, અને દલીલથી સમજવામાં આવે એ માટે દુરાચાર ન થાય, દુરાચારમાંથી સ્નેહસાંકળના અકોડાના જરણુ થયેલા સાંધા ઉપર વિવાદાગ્નિ લાગી તેને ઢીલા ન કરે તેનો ખૂબ ખ્યાલ રાખવો પડે છે. કવિની ભાષામાં કહીએ તો :

‘ સજ્જન, દોરી પ્રેમકી તાને સે તુટ જત,
તુટી, સાંધી, એક બાઇ, બીચમે ગાંઠ લગ જત.’

સોનાથી અને જળહળતા સુવર્ણકલશોથી ઓપતી, દારિકા નગરીમાં એક વખત શ્રી કૃષ્ણ સુંદર પલંગ ઉપર પડખાબેર મસ્તકને જમણા હાથનો ટેકા આપી સુતા છે. પાસે તેમની આઠ પટરાણી-સાથી રાજકન્યા રૂક્મણી રત્નજડિત પંખાથી પવન નાંખે છે. એ જુગજૂના ઐતિહાસિક દશ્યના પ્રણયકલહનું એક ખ્યાન આપું:

એ પ્રેમવિધાયક પરમાત્માને પ્રણયકલહ જગવવાનું એકદા મન થયું:

‘પ્રિય રૂક્મણી ! તેં શા માટે મારી સાથે લગ્ન કર્યું ? અરે, તું શું જોઈને મને આહતી થઈ ? શિશુપાળ અને દંતવક જેવા મહાન બલીષ્ટ રાજા તને આહતા હતા, તારે માટે-તને મેળવવા માટે પોતાના જાન કુર્યાન કરનાર, શત્રુઓની સામે રણમેદાનમાં બહાદુરીથી જંગ ખેલનાર રાજપતિઓ સાથે તારું લગ્ન કરવા તારા બ્રાતાઓ પણ ઇચ્છતા હતા. એ બધાને છોડી દઈ મને તેં શા માટે પસંદ કર્યો ? મારા જેવો એક સાધારણ માણસ કે જે રાજા નથી, રાજપતિ પણ નથી, રાજાઓની ગણનામાં જેને સ્થાન નથી અને એની સાથે મારામાં બહાદુરી પણ ક્યાં છે, સુંદરી ?

‘જુઓને રાજાઓથી-શત્રુઓથી ભય પામી સમુદ્રનો આશ્રય કરીને આ બેટનિવાસ મારે ભયને કારણે કરવો પડ્યો છે !

‘મારા જીવનની નિર્મળતા તો જુઓ ! ગોવાળીયા અને ગોવાળણોની દયા ઉપર જીવનની શરૂઆત કરી. ધરધરની માગી ભિખેલી છાશ ઉપર દિવસો ગુજારતો. થોડા દિવસ રાજા વિશ્વકેસેનાની ખુશામદમાં કાઢ્યા. જરાસંઘ જેવા બળવાનને લગાડી પૃથ્વીના પટ ઉપર ક્યાંય ઉભા રહેવાની જગ્યા ન મળી ત્યારે આ બેટ સમુદ્રનો આશ્રય શોધ્યો !

‘તે પણ ઠીક, પરંતુ તમારા જેવી લલનાને યોગ્ય એવી સુંદરતા પણ મારામાં ક્યાં છે ? મારા શરીર સાથે સંલગ્ન થયેલી શ્યામ-લતા એ શું તમને અણગમે ઉત્પન્ન નથી કરતી ?

‘ખીજ રીતે કહું તો રૂક્મણી ! હું ખરા દિલથી તમને ચહાતો પણ નથી. તમે એક માન્યાતા સમા રાજનની સુકામળ કન્યા, હું

એક ગોપાલન કરનાર પરાધીન પ્રજાનો પુત્ર. એ અસમાનતાનો સહ-ચાર-ઐક્ય કેમ થઈ શકે ?

‘ પશ્ચાત્તાપ તો તમને જરૂર થતો હશે. અને હું પણ એ જ કહું છું. તમને ગ્રહણ કરવાનું કારણ માત્ર એક જ તમરી યાચના પુરી કરવાની ખાતર હું તમને લાવ્યો. પરંતુ મને મારી બૂલ સમજાય છે. ખરી રીતે તમારા જેવાં સૌભાગ્યસુંદરીને લાયક હું નથી.

‘ અને એથી જ તમને સુખી કરવાં એમ મને સમજાય છે. રક્ષમણી ! હજી પણ શું બગડી ગયું છે ? હજી પણ કોઈ તમારે લાયક મહિપતિને પસંદ કરી જીવનમાં અતુલાગ મેળવે એમ હું ઇચ્છું છું.’

‘ નિયત સમયે નહિ આવી મળે તો મારા પ્રાણ ત્યાગ કરીશ.’ એવો સંદેશો કહેવરાવનારી, પ્રાણેશ્વરની ખાતર સર્વસ્વનો ત્યાગ કરનારી રક્ષમણી પોતાના જ પ્રિયતમ-પ્રાણાધારના મુખે આવાં વાક્યો સાંભળે ત્યારે શું થાય ?

દેહબાન લુલાય, મૂર્ચ્છા આવે અને પૃથ્વી ઉપર દેહ ઢળી પડે. શ્રીકૃષ્ણ ચતુર્ભુજ અને, મૂર્ચ્છિત પ્રિયતમાના દેહને ઉચકી લઈ તેના મુખ ઉપર વાયુ ઢોળે, રક્ષમણી નિગૂંત થાય અને શ્રી કૃષ્ણના વચનોનો વિચાર કરે.

મહાકવિઓએ મહાપુરુષોનાં જીવનચરિત્રમાં આ રીતે પ્રણય-કત્તહના પ્રસંગો ઉમેરી દુનિયાને બતાવ્યું છે કે કેવળ પ્રેમના આનંદમય, ઉચે ઉચે ઉડવાના વાતાવરણમાં જે મળ છે તે કરતાં દરિયાની સપાટી ઉપર નાવડીમાં બેસી પ્રણયકલહ રૂપી દરિયાનાં મોજાંથી નાવડી ન્યારે ઉંચે ચઢીને નીચે પડે છે, જળતરંગોથી એમાં આદો-લન પ્રગટે છે, તેમાં જે મળ-છે જે આનંદ છે તે વળી અનેરો હોય છે !

તેમ લાઇ ! આપની સંસારયાત્રામાં કદાચ પ્રેમકલહ નિગતો હોય તો તે બંને નળે, એથી ડરશો નહીં. એક જૂની કહેવત યાદ રાખજો : ‘ ઉના પાણીથી ધર નહીં બળે.’

(૪૯) એક જ્ઞાસુ-કપડવંજ

પુત્ર મળ્યો. એક મિત્રને ઝીણા તાવ, વગેરે વિષે લખ્યો છે. કાકટરો-વૈદ્યો તેને ક્ષય કહે છે અને એને માટે ઉપાય ચાહે છે :

બાપ ! આપ અને બીજા વૈદ્યો માનો છે તેમ જો ક્ષય જ હોય તો આવા પ્રશ્નોદ્વારા બતાવેલા ઉપાયથી તેમની તબીબત સુધરે એમ હું માનતો નથી. તેમના દરદનું કોષ્ટ સારા વૈદ્ય પાસે નિદાન કરાવી, ઉપચાર કરો તો જ ઠીક.

કેટલીક વખત ઝીણા તાવ અને ખાંસીના મેળથી ક્ષય ન હોવા છતાં ક્ષય માની બેસી ખોટા વહેંચે દોરવામાં જાય છે, એ પશુ શુભવું ન જોઈએ. ચોક્કસ નિદાન અને ચોક્કસ સારવારથી આવા દરદીઓ ધણી વાર સારા થઈ જાય છે. માટે પ્રથમ કોષ્ટ વૈદ્ય પાસે રૂબરૂમાં જઈ નિદાન કરવો અને પછી જ ઔષધોપચાર શરૂ કરો.

*

(૫૦) ગુજરાતવાસી—કલોલ

મોહા ઉપરની કાળાશ અને શરીરની અક્રિયતા મટાડવાનો ઉપાય માગ્યો છે :

દરરોજ બદામ નાંગ પાંચને બારીક વાડી દુધની મલાઈ સાથે મેળવી ચહેરા ઉપર ખૂબ ધીમા હાથે ધસો. દરરોજ આખા દિવસનું બશેર માથનું દુધ પીઓ. જરૂર ચહેરા ઉપરની સ્થામણતા દૂર થઈ, અમકદાર તેજસ્વી ચહેરો બનશે. થોડો વખત શ્રદ્ધાચર્ય પાળી વીર-રક્ષા કરશો તો જલ્દી લાભ થશે.

શરીર વળે એવું બનાવવા સવારમાં તેલનું માલીસ કરો. લેની સાથે મયુરાસન અને પશ્ચિમતાન આસનનો અભ્યાસ કરો. શરીર સરસ કલાગર્ભ બનશે અને જેમ વાળો તેમ વળશે.

*

(૫૧) જમુ-સુરત

એક બાઇને માસિક અટકાવ નિયમિત આવતો નથી તેને ઉપાય માગો છો :

ચંદ્રપ્રભા ગોળી ૨ દુધ સાથે સમશમની નંબર બીજો ગોળી ૨ બપોરે પાણી સાથે. ચોમરાજ ગુમળ ગોળી ૨ રાત્રે પાણી સાથે આપવાની શરૂ કરો. જમ્બા પછી એક તોલો દ્રાક્ષાસવ, અરધો તોલો કુમારીઆસવ અને અશોકારીષ્ટ મેળવી દિવસમાં બે વખત આપો. એક મહિનો સુધી આ દવાઓ ચાલુ રાખો. નિયમિત અટકાવ આવવા લાગશે અને ગર્ભસ્થાન સુધરશે. વાયકા પદાર્થો બંધ કરવા જોઇએ અને શરીરને કસરત (ધરના કામકાજની) મળવી જોઇએ.

*

(૫૨) ચુનીલાલ ત્રીભોવન શાહ

પુત્ર મળ્યો. આપ પ્રશ્ન કરો છો કે ‘જ્યારે વધારે પડતાં મરચાં તેલ વાળો ખોરાક ખાવામાં આવે છે ત્યારે પેસાંબે બળતરા બળે છે તેનો ઉપાય જતાવશો ?’

વાહ ભાઈ! વાહ! પ્રશ્ન મળ્યો અને તેનો ઉપાય પણ મળ્યો! સ્ત્રી તસને જતાવું :

તમારે સખત તેલ મરચાંવાળો ખોરાક નહીં ખાવો. પછી બળ-
તરા નહીં થાય. તમે કહેશો કે વૈધરાજ એમ કેમ ? જવાબમાં હું
કહીશ કે જાણ લાખ ! તમે ભાવે તેટલાં તેલ કે મરચાં ખાઓ અને
તેથી બળતરા ન બળે ત્યારે શું ઠંડક વળે ? તમારે તો વળી એ
તેલ મરચાંનો ઉપકાર માનવો જોઈએ કે તે માત્ર એક જ ઠંડાણું
બળતરા પેદા કરે છે ! નહીંતર જન્મતાં જે સીસકારા મોઢે બોલાવતા
હો તેટલા જ સીસકારા ખરી રીતે જાજશમાં મળદારે મળત્યામ
કરતી વખતે પણ બોલે ત્યારે તેલ મરચાંના ખરા ટેસ્ટની ખબર
પડે ! માફ કરજો હો, તમારા પ્રશ્નથી સ્વાદના રસીયા ઘણા ગિરા-
દરેને જાગુવાનું મળશે. હું ખાત્રી આપું છું કે આવા ખોરાકો ત્યામ
કરી સાત્તિક આહાર અને યોગ્ય કસરતથી બીજી ફરિયાદો પણ દૂર
થઈ જશે, દવાની કાંઈ જાનની તમને જરૂર જ નથી.

*

(૫૩) નવયુવક—રાજકોટ

પત્નીને ક્યારેક વીશ દિવસે તો ક્યારેક દોઢ મહિને અટકાવ
આવે છે. એ અનિયમિતતા દૂર કરવા માટેનો આપનો પ્રશ્ન છે :

લાખ ! મારા અનુભવથી મને જણાયું છે કે બહેનોમાં આજકાલ
આ જાનની ફરિયાદ એટલી ઘણી વધી પડી છે કે વાત ન પૂછો .
મને લાગે છે કે યોગ્ય કસરતનો અભાવ, નકામી નવરાશ અને માન-
સિક મંથનોથી આડકતરી અસર આવા કુદરતી કાર્યો ઉપર થઈ છે.
અને જ્યાંસુધી આવાં આવાં આંતરિક કારણોનો સુધારો થતો નથી
ત્યાંસુધી કેવળ દવા સંપૂર્ણ સુધારો કરી શકતી નથી. છતાં આપનાં
પત્નીને નીચેની દવા આપશો :

નાગકેસરનું ચુર્ણ રતી ૬, ઉચ્ચકંબલનું ચુર્ણ રતી ૩, આહન
ચુર્ણ રતી ૨, ચોપચીની ચુર્ણ રતી ૨.

આ ચારે વનસ્પતિની ચીજો છે, ગાંધીને ત્યાં મળે છે. ઉપરનું પ્રમાણ એક વખતનું છે. એટલું દિવસમાં ૨ વખત સવાર સાંજ આપવું. લાગઠ બે મહિનાનું સેવન રાખવાથી નિયમિત ઋતુ આવવા લાગશે. દરેક વખતે દવા બકરીના પાશેર દુધ સાથે આપો.

*

(૫૪) વલ્લભભાઈ વણારસી—વડોદરા

દિવસે આંખો બંધ કરવાથી કાળા દાણા જેવું દેખાય છે. તે માટેનો ઉપાય :

તમને દિવસે જ્યારે જ્યારે આંખો વિંચવાનો પ્રસંગ આવે ત્યારે તમારી સામે જાણે પૂર્ણિમાનો ચંદ્રમા છે તેને તમે જોઈ રહ્યા છો એવી ભાવનાથી જોયા કરશો; અને જ્યારે જ્યારે આંખો બંધ કરો ત્યારે ત્યારે ચંદ્રની કલ્પના કરી તેનું પ્રતિબિમ્બ ખડું કરશો એટલે કાળા દાણા દેખાતા બંધ થશે. આ કોઈ રોગ નથી. માનસિક સંભ્રમ છે. એને માટે દવાની જરૂર ન હોય. એથી તમને કોઈ ખાસ નુકસાન પણ થવાનું નથી.

*

(૫૫) દત્તરાવ રાજરામ તામ્બે—વડોદરા

આપને દાંતમાંથી દુર્ગંધ આવે છે, પેઢાં ફુલે છે—બય રહે છે કે દાંતનો મહાબ્યાધિ હોય કે થશે ! તેનો ઉપાય માગો છો :

દાંતમાંથી કે મોઢામાંથી દુર્ગંધ આવવાનું કારણ કેટલીક વખત દાંતમાં થતા પડને કારણે પણ હોય છે, અને કેટલીક વખત હોજરી અને આંતરડાંના બિગાડને કારણે પણ હોય છે. તે ગમે તે હોય પણ

આપને એમાંથી કોઈ મહાન વ્યાધ થવાનો નથી. સાવચેતીપૂર્વક નીચેના ઉપાયો કામે લગાડો. દાંત સુધરી જશે.

(૧) કોઈ પણ જાતનો ખોરાક ખાધા પછી ખૂબ કોગળા કરી દાંતમાં પેસી ગયેલ અનાજ કે ખાદ્ય પદાર્થનાં કણકણ કાઢી નાંખો. કારણ કે આવી રીતે દાંતના મસોડામાં ભરાઈ રહેલા અનાજના કણો સડો પેદા કરે છે અને એ વ્યાધિ લાંબાય છે. મીઠાના કામળા લાભદાયક થશે.

(૨) પાન, તમાકુ, સોપારી અને ખીડી એ બધાં દાંતને નુકસાન કરે છે. તેની સાથે મીઠાઈઓ અને વધુ પડતી ખાંડ કે ચહામાં વારંવાર લેવાતી ખાંડ પણ દાંતને બગાડે છે. માટે એ પણ બંધ કરો.

(૩) દાંતથી લીંબડાનું (કડવા) સવારમાં કરો. જમ્યા પછી પાણીમાં મીઠું નાંખી કોગળા કરો. રાત્રે સૂતી વખતે તલના તેલનો કોગળો ભરી રાખો, જ્યાં સુધી રહી શકે ત્યાં સુધી. ત્યારબાદ યુંકી નાંખી સુષ્ક જાઓ અને નીચેનું મંજન દિવસમાં બે ત્રણ વખત ધસો.

લીંબડાના પાનની રાખોડી તો. ૫, બદામના છોડના કોલસા તો. ૨૦, સોપારીના કોલસા તો. ૨૦, રૂમીમસ્તકી, તો. ૧, એલચી તો. ૧, માયું તો ૧, સીંધવ તો. ૧, તજ તો. ૧, અક્કલકરો તો. ૧૦.

બધાને બારીક ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી મંજન તરીકે દાંતે ધસો. દસ્ત સાફ આવે તેની કાળજી રાખો. દાંત એકદમ સુધરી જશે.

(૫૬) રમણલાલ હરગોવિંદ શાહ-વડોદરા

કાનમાં સણકા આવે છે ત્યારે સખત વેદના થાય છે અને રડી પડાય છે તેનો ઉપાય :

ધણું કરી આવી વેદના કાનમાં શરદી લાગી કર્ણનળી પાસે આવી જવાથી ઉપડે છે. તે માટે પ્રથમ તો સણકા આવતો હોય તે કાનમાં રૂનું પુમકું બીડાવી દેવું જોઈએ અને કાનની આસપાસ એ. બેલેડોનાનો લેપ કરી ફરતું ૩ દાબી દેવું અથવા ધતુરાનો રસ કાઢી ગરમ કરી તેમાં અશીણુ પાવલીભાર મેળવી, કાનની ફરતો લેપ કરી ઉપરથી જરા શેક કરવામાં આવે છે તો દવા કાનમાં નાંખવી નથી પડતી તેમ જ કાનનો પાક થતો અટકી જાય છે અને સોજો ઉતરી જાય છે. પણ ઉપરના ઉપચારથી જો સણકા બંધ ન થાય તો નીચેના કોષ્ટ પણ ઉપચારની દવા કાનની અંદર નાંખવી.

તલનું તેલ તો. ૧૦, કારબોલીક એસીડ તો. ૧ એ બેનું મિશ્રણ કરી કાનમાં નાંખવું.

તલનું તેલ તો. ૫, લસણની કળી તો. ૧. લસણની કળીને ઘુંદી તેલની અંદર ચુલે ચઢાવી બાળી નાંખવી અને એ તેલ કાનમાં નાંખવું.

ડમરો (મરવો) લાવી તેનાં પાંદડાં વાટી તેના રસનાં બે ટીપાં કાનમાં મૂકવાં.

ઝીસરાષ્ટન તો. ૫, અશીણુ તો. ૦૧ બેઉ સાથે ઘુંટી પ્રવાહી બનાવવું. એ ટીપાં મૂકવાથી કાનની વેદના તાત્કાલિક નાબૂદ થાય છે. પણ સાધારણ બહેરાશ આવે છે. જો કે તે બે ચાર દિવસમાં આપોઆપ નાબૂદ થઈ જાય છે.

ઉપરના સાદા અને સરલ ઉપાયો કાનના સંબંધને માટે અકસીર છે. એક નહિ તો બીજો ઉપચાર કરવાથી જુદા જુદા માણસોને જરૂરી ફાયદો થાય છે. આ બધા સામાન્ય રીતે નિર્દોષ ઉપાયો છે.

*

(૫૭) રંગીલદાસ એચ. ભાવસાર-વડોદરા

ઝાળાના કાકડા ફુલી જાય છે. તેનો ઉપાય માગો છો:

ગરમ ચટણીદાર ખોરાકો ખાવાથી, પાનમાં સખત ચુનો ખાવાથી, આંતરડાંમાં સખત ગરમાઇ થવાથી કાકડા ફુલી જાય છે અથવા સાધારણ મોટા થાય છે. તે માટે પ્રથમ તો ખોરાક હલકો અને તેલ મરચાં વગરનો લેવો જોઈએ. એકાદ સાધારણ જુલાબ લેવો અને નીચેનો ઉપાય કરવો:

ખાવળની છાલ, ખોરડીની છાલ, જાંબુની છાલ, તણુનો ઉકાળો કરી તેમાં ફુલાવેલી ફટકડી નાંખી, તેના બે તણુ વખત દિવસમાં કોગળા કરવા. ત્યારબાદ મધ તોલા ૫ તથા ફુલાવેલ ટંકણુખાર તો. ૧ એ બેનું મિશ્રણ કરી દિવસમાં બે વખત કાકડા ઉપર લગાવવું.

અથવા ઝલીસરાઇન તો. ૧૦, એસીડ ટેનિક તો. ૧૧ મિશ્રણ કરી ગળામાં ૩ વડે લગાવવું. અથવા અડાયા છાણાની રાખોડી કપડેથી ચાળીને તો. ૨૧ અને હળદર વાટી મેળની, તેમાંથી ચપટી ભરી કાકડા ઉપર દળાવવું.

ઉપરના ઉપચારોથી કાકડો બેસી જાય છે. આટલું છતાં પણ જો ચાલુ રહે, દર્દ કરે, ખાંસી મધ આવે અને થણા વખત સુધી મટે નહિ તો પછી કુશળ ડોક્ટરને હાથે કાકડાનું ઓપરેશન કરાવવું.

*

(૫૮) એન. બી. વાય. અલી-મોલમીન

આપનો કંઠ ગાવાલાયક રહે, મધુરતા આવે તેનો ઉપાય
પ્રજાવો છે. તેના ઉત્તરમાં જે જુના ગામડી દુહા ટાંકું છું :

હીંગ મરચું ને આંબલી, સોપારી ને તેલ,
જો ગાયનનો ખપ પડે તો પાંચે વસ્તુ મેલ.

*

દુધ, સાકર, ને એલચી વરીયાળી ને દ્રાક્ષ,
જો ગાયનનો ખપ કરે તો પાંચે વસ્તુ રાખ.

*

(૫૯) ભટ્ટ-અરાદ

માથામાંથી ખરતા વાળ અટકાવવા માટે ઉપાય માગો છો:

સુકાં આંબળાં એક શેરને ખાંડી ખરલમાં નાંખો અને કાળા
ભાંગરાના રસમાં સાત દિવસ ઘુંટયા કરો. બરાબર સુકાઈ જાય
એટલે એ બધાનો પેંડો વાળી છાંયે સુકાવા દો. સ્નાન કરતી વખતે
પત્થર ઉપર એ સોમડીને બકરીના દુધ સાથે ઘસી માથામાં ભરો
અને અર્ધા કલાક પછી ઠંડા પાણીથી ન્હાઈ નાંખો. એકાદ અઠવા-
ડીયું આ પ્રમાણે કરવાથી ખરતા વાળ અટકી જશે.

*

(૬૦) ભાઈ જ્ઞાસુ—નાગપુર

આપનો પત્ર મળ્યો. ‘રખે વહેમાતા’માં કેટલીક બાબતની
ચર્ચા મેં બીલકુલ કરી નથી તે માટે આપ માફ ધ્યાન જેવો છે.
તેમાં સંતતિનિયમન (અર્થકટ્ટોલ)ની ઉચ્ચ બજાવો છે.

હું પણ જાણું છું કે ‘રમે વહેમાતા’માં કેટલાક વિષયની ચર્ચા રહી જવા પામી છે. અને ગમે તે પુસ્તક ગમે તેવું સુંદર હોવા છતાં તે સંપૂર્ણ નથી રહેતું. આપના લખવા પ્રમાણે સંતતિનિયમનની ચર્ચા અથવા તેનું જ્ઞાન આજના સમાજજીવનની દૃષ્ટિએ ચર્ચવાની જરૂર છે, અને એના માટે મેં એક સ્વતંત્ર પુસ્તક ‘સંતતિ સંયમન’ લખ્યું છે, જે પ્રગટ પણ થઈ ગયું છે. તેમાં કેવળ સંતતિનિયમનની જ ચર્ચા કરી છે. તે ઉપરાંત ‘નવદંપતીને’ નામના મારા પુસ્તકમાં પણ ખાસ પ્રકરણો રોકી, પૌરુષ અને પાશ્વિમાય દૃષ્ટિના સમન્વયે ખૂબ લખ્યું છે. એટલે એ બન્ને પુસ્તકો મંગાવી જોઈ લેવાથી આપને પુરનો સંતોષ થશે. એ સિવાય પણ ઘણું જાણવાનું મળશે.

ખીજો પ્રશ્ન આપનો નાના બાળકને ‘પાંચલો’ લાગવા સંબંધમાં છે.

‘પાંચલો’ એ શબ્દ કાઠિયાવાડ, ઝાલાવાડ અને કચ્છમાં રૂઢ થઈ પડ્યો છે. ગુજરાતમાં એને ‘બાળ સુકતાન’ કહે છે. એ રોગ ધાવણું બાળકને થાય છે. તે બે પ્રકારે થાય છે: એક પ્રકાર એવો છે કે જ્યારે બાળક ધાવતું હોય છે તે દરમિયાન, સ્ત્રી-પુરૂષ સમાગમ કરે છે અને એ સમાગમ કાળમાં ઉત્પન્ન થતી એક પ્રકારની ઉષ્મા (ગરમાઈ) માતાના શરીર મારફત-ધાવણ મારફત બાળકના શરીરને લાગે છે અને તેથી બાળકના શરીરનું પોષણ થતું અટકી જઈ, બાળક શોષાવા લાગે છે. તેની સાથે ઝીણો તાવ લાગુ થઈ બાળક ક્ષયના દરદીની માફક ગળતું જાય છે.

આયુર્વેદ શાસ્ત્રનું તો, બાળક ધાવતું હોય ત્યાંસુધી પતિ પત્નીએ બ્રહ્મચર્ય પાળવાનું સખ્ત ફરમાન છે. છતાં અઢી વરસનું બાળક થાય ત્યાંસુધી જેમનાથી સંયમ જાળવી ન શકાય તેમણે કેટલીક નીચે મુજબની સાવચેતી રાખી હોય તો બાળક આ વ્યાધિથી બચી જાય છે:

(૧) સમાગમકાળમાં બાળકને પથારીથી અલગ કરવું જોઈએ. એટલે બાળકને શરીર ન અડે. એટલું જ નહિ પણ તેનું પારણું પથારી જુદાં કરી ત્યાં સુવાડ્યા પછી જ સમાગમ આદરવો ઘટે.

(૨) સમાગમ થયા પછી તે સમય ઉપર ચાર કલાક વીતી જાય ત્યાંસુધી બાળકને અડકવું ન જોઈએ અને છ કલાક સુધી ધવરાવવું ન જોઈએ.

(૩) સમાગમ પછીની આવશ્યક શુદ્ધિ થયા પછી એ બાળકનાં જખલાં ટોપીને અડકાય તો જ શ્રેષ્ઠ છે. પારણાને હીંચકાવવું એ સમાગમ કાળમાં બાળક તરફ એક ભયંકર રોગને વહેવરાવવાના ઇલેક્ટ્રીક કરંટ જેવું રોગવાહક સાધન સમજી લેવું.

આવી સાવચેતી રાખવામાં આવે છે તો સમાગમકાળનો તત્કાલિ બાળશરીર રૂપી ગુલાબની કળીને ખીલતી અટકાવી શકતો નથી. નહિ તો આવી સાધારણ ન સમજી શકાય તેવી બૂલથી બાળકો એવા વિચિત્ર વ્યાધિમાં સપડાય છે કે પછી તેમને દૈવ કે વૈદ્ય બચાવી શકતાં નથી.

આથી ખીજી રીત એથી પણ વધારે વિનાશક છે. એ છે બાળક ધાવતું હોય તે વખતે ગર્ભ રહેવો તે.

બાળક સ્તનપાન કરતું હોય તે વખતે જ્યારે ગર્ભ રહે છે ત્યારે તેની બાળક ઉપર બહુ જ માઠી અસર થાય છે, અને હિમ પડવાથી જેમ વૃક્ષ દાઝી જાય તેમ બાળક સુકાવા લાગે છે. ધણું કરીને આ પ્રકારને જ ‘પાડધલો’ લાગ્યો એમ કહેવાય છે.

પારબધવશાત આવી સ્થિતિ નીપજવા પામી હોય તો તુરત જ બાળકને માતાથી જુદું પાડવું જોઈએ. એટલે માતાએ તેને ધવરાવવું બંધ કરવું, એટલું જ નહિ પણ સાથે સુવરાવવું નહિ, તેમ જ એ બાળકની માવજત પણ માતાએ છોડી દઈ ‘રામભરૂંસે’ સોંપી દેવું જોઈએ.

આ સ્થિતિમાંથી ઘરમાં જો કોઈ વડીલ માતા કે વૃદ્ધા હોય છે તો તો હોરેલું બાળક કુદરતના ભરૂંસે બચી જઈ ઉછરી મોટું થઈ જાય છે. નહિ તો એક બાળક ગર્ભના પડદા પાછળ અને એક બાળક પ્રભુને ખોળે સોંપનાર મહિલાને રોષભરી આંખે જોઈ ઠપકા આપે ત્યારે જવાબમાં ‘પ્રભુની માયા છે બા !’ કહેનારની દુઃખી આંતરડીના નિઃશ્વાસને જો કોઈ પિછાની શકનાર નીકળે તો તેમાં લખાયું હોય છે: ‘સંસારના વિષયવાસનાના ભુખ્યા પુરૂષે હજી તો પ્રસુતિને પંદર મહિનાએ વિત્યા નથી, ત્યાં કામપ્રવૃત્તિની ઘેલછાને લીધે પરાધીન પત્નીને બળાત્કારે જીતી લઈ એ અવસ્થા આણી છે.’ ખિચારી પરતંત્ર પત્ની અને ભાનભૂલ્યો કામાંધ પતિ ! દયા કર મૃશ્વર, એના ઉપર કે જેની કામુકતાએ તેનું ચિત્ત અને બુદ્ધિ હરી લીધાં છે !

આ માટે ઉપાય તો એક સુંદર છે. સેંકડો નહિ હજારો પાડ-ધણાથી પીડાતાં, નશ્વર સંસારને છેલ્લા નમસ્કાર કરતાં બાળકોને બચાવી લીધાં છે. આ રહ્યો એ બાળક બચાવનો ઉપાય:

બાપરીયું તો. ૧૦ તથા સફેદ મરી તો. ૫

બંને વસ્તુને બારીક કરી ખરલમાં નાંખી અંદર એક રૂપિયા-બાર માખણ નાંખવું, માખણ બરાબર મળી જાય એટલે ખાટાં લીંબુનો રસ ખરલમાં નાંખી ઘુંટવું. હમેશાં તાજો રસ નાંખી ઘુંટતા જવું. સાત દિવસ ઘુંટયા પછી ખરલમાં જ સુકાવા દઈ બાટલી ભરી લેવી. તેમાંથી દરરોજ ૨ રતી લઈ એની અંદર બે રતી ગળોસત્ત્વ તથા બે રતી સારૂં-સાચું વાંસકપુર નાંખી જરાક મધ અને પાણી મૂકી દિવસમાં ત્રણ વખત પાઈ દેવું. આ પ્રમણે એકાદ મહિનો આપવાથી બાળક શરીરે દુબળું થતું જતું હોય તે બંધ થઈને શરીર ખીલવા લાગે છે. ત્રણ મહિના સુધી લાગત આ દવા આપી શકાય છે. આજે વીશ વર્ષથી આ રીતે દવા વપરાય છે

અને અમે હજારો બાળકોને આપી જોઇ છે. તેમજ તેમાં સારો લાભ પણ દેખાયો છે.

બીજો પ્રશ્ન છે આપનો: એક બાળકોને જન્મ પછી આંખમાંથી પર આવતું હોવાને કારણે ડાક્ટરને બતાવી. તેમણે કહ્યું. ‘ગોનોરિયા ક્રમ ડીસ્ચાર્જ’ એટલે પ્રમેહજન્ય આંખનું દરદ. જ્યારે માતાપિતાને એકેને પ્રમેહ થયેલો નથી, ત્યારે આ બાળકોને જન્મ સાથે પ્રમેહજન્ય આંખનું દર્દ શા કારણે? અને વળી એ છોકરી આંધળી પણ રહી છે તો તેનો ઉપાય :

ભાઈ! પ્રમેહ અને ઉપદંશ એ એવાં છુપાં અને ચેપી દરદો છે કે હરકોઈ માણસ ક્યારે, ક્યાંથી અને કેમ ભોગ થઈ પડે છે, એનો નિર્ણય કરવો ઘણો જ કઠિન છે. દેખીતી રીતે તેનાં માતાપિતા પ્રમેહના રોગથી પીડાતાં નહિ જણાતાં હોય તો પણ કદાચ માતાના ગુપ્ત ભાગમાં ઉંડે ઉંડે પણ એ ચેપી રોગનાં પરમાણું રહેલાં હોય, અને ગર્ભાશયમાં જ એ માતાએ બાળકોને પ્રમેહનો વારસો આપી દીધો હોય તો તે બનવાભોગ છે.

પ્રમેહ આયુર્વેદશાસ્ત્રની દૃષ્ટિથી તો વીશ પ્રકારના છે. તે પૈકીમાં કેટલાક એવા છે કે જે શરીરમાં થયા પછી બહુ થોડા કલાક તેના બાહ્ય સ્વરૂપે દેખા દઈ, શરીરમાં ગુપ્તપણે આગળ વધે છે. સ્ત્રીને તો આવાં ચેપી દરદો થાય છે ત્યારે લક્ષમાં પણ હોતું નથી, અને કદાચ ધ્યાન ખેંચાયું તો તેની ઉપગતી થોડી સારવારથી ઉપલક્ષ શાંતિ જેવું જણાય છે. પરંતુ અંદર એ વ્યાધિ છુપેા ફેલાતો રહી ક્યારેક મૂળ રૂપમાં કે રૂપાંતર પામી પ્રગટે છે.

પ્રમેહ અને ઉપદંશ સંસર્ગજન્ય વ્યાધિ પણ છે. અને પીવાના પ્યાસા, ચહાની રકાબી, શરીર લુગ્નવાના રૂમાલ, પેશાબ કરવાની મુતરડી, ડાક્ટરોની ઇન્જેક્શનની સીરીન્જ, વગેરે મારફત એ પ્રકારના રોગીના શરીરમાં દાખલ થાય છે.

અગાઉ બાળકોને શીતળા કદાવવામાં જ્યારે એક બીજા બાળકોને ચેપ લઇ ખોતરવાનો રીવાજ હતો ત્યારે બાળકોમાં આ ચેપ પ્રસરતો હતો. હમણાં તો શીતળાની રસી ગાયના વાછડાના શરીરમાં પેદા કરી તેમાંથી એ ચેપની લીધેલી રસી શીતળા ટાંકવા માટે વપરાય છે. એટલે સદ્ભાગ્યે આ ચેપ ફેલાતો અટક્યો છે.

આપની માન્યતા છે કે સુવાવડની હોસ્પિટલમાં અન્ય સ્ત્રીઓ ચેપી દર્દવાળા હોય અને સદરહુ બાઇની સુવાવડ હોસ્પિટલમાં થાય છે એટલે ત્યાંથી આવ્યો હોય.

સારી હોસ્પિટલો મેં જોઇ છે. ત્યાંની સારવાર, ત્યાં વપરાતાં સાધનો, દવાઓ, કામ કરતી નર્સો એ બધાં ઉપર ડોક્ટરો બહુ કાળજીપૂર્વક દેખરેખ રાખે છે. એક બાઇ માટે વપરાયેલાં સાધનો સંપૂર્ણ એન્ટીસેપ્ટીક દવાઓથી સાફ કર્યા પછી જ બીજો વપરાય છે. છતાંએ બેદરકાર હોસ્પિટલમાં કામ કરતી કોઇ નર્સ આ ચેપ લાવી આવ્યો હોય તો પણ એમ માનવું રતું.

હોકરી અંધ થઇ છે ને તે પણ પ્રમેહના દર્દના ચેપથી. એટલે મને લાગે છે કે હવે એને દેખતી કરવાનાં કોઇ ઔષધો નથી.

માત્ર એની માતાની રિથિતિ સંપૂર્ણ સુધારી લેવી જોડેએ કે બીજા ફરજદમાં પણ જન્મથી અંધાપો આવે નહિ.

*

(૬૧) શ્રી. વેરાવળવાળા-કરાચી

પેટમાં દર્દ, ખોરાક નહિ પચાવો, હૃદયમાં દુઃખાવો, અને લોહીની ઓછપ માટે ઉપાય પુછાવો છો:

શ્રીમાન ! તમારા શરીરમાં પ્રથમ તો મંદાગ્નિ થઇ અને જેમ જેમ મંદાગ્નિ થતી ગઇ તેમ તેમ તમે રૂચી લાગે તેવા આડાઅવળા ખોરાક ખાવા માંડ્યા. એથી આંતરડાં બગડ્યાં, ખોરાક લેવામાં

આરે તેનું લોહી બનતું બંધ થયું, ગેસ થવા લાગ્યો. અને ગેસ થવાના કારણે હૃદય ઉપર પણ ધક્કો લગાવ્યો.

એ માટે મારી સલાહ તો એક જ છે કે તમારે ત્રણ મહિના માટે અનાજ ખીલકૂસ બંધ કરીને છાશ ઉપર, દુધ ઉપર કે કેરી ઉપર રહી પ્રયોગ કરવો. ત્રણ મહિના અનાજ બંધ કરશે એટલે હોળરી અને આંતરડાં સુધરશે, પાચનશક્તિ સમજા થશે, અને બરાબર હજમ થવા લાગ્યું એટલે શરીરમાં લોહી વધશે અને ખીજ ધાતુઓ પણ બળવાન બનશે. અનાજ છોડ્યા વગર તમારું શરીર સંપૂર્ણ સુધરે એમ હું માનતો નથી. પછી વૈધની કે ડોક્ટરની દવા લ્યો, પંદર દહાડા ઠીક લાગે, ફરી એનું એ ! એ બધાં થીગડાં ગણાય. જ્યાંસુધી કોઈ વ્યાધિ સંપૂર્ણ મૂળમાંથી એટલે કે તેના કારણ સહિત નાશ ન થાય ત્યાંસુધી શરીર સુધર ન ગણાય. એટલે કોઈ સારા વૈધની દેખરેખ નીચે ત્રણ મહિનાનો પ્રયોગ એવી કાઢવો. નવું જીવન અને નવો જોમ પેદા થશે.

*

(૬૨) મહાશય કાન્ત

આપ જાણતા હશે કે ‘કાષ્ઠ’ પૂરું શિરનામું અમારી જાણુ માટે લખ્યું ન હોય તો તેનો જવાબ આપવામાં આવેલો નથી. તેમજ ગમે તેવી ગુપ્ત બાબતો અમને જણાવવામાં સંકોચ રાખવાની જરૂર નથી. હમેશાં ગુપ્ત બાબત ગુપ્ત જ રહે છે અને એવા પત્રોનો દર મહિને વિનાશ થાય છે.

*

(૬૩) શાન્તિલાલ માસ્તર-ખીરપુર (રેવાકાંડા)

એક દાંત દર્દ કરે છે. કદાચ ખીજ ઉપર અસર કરે તેનો ઉપાય: દાંતના મૂળમાં સડો હોય છે ત્યારે જ એકાદ દાંત આ પ્રમાણે દર્દ

કરે છે અને થોડો વખત દર્દ કરી બંધ થાય છે. છતાંયે દાદનો સણુકો, આંખનો ખટકો અને કાનનો સણુકો એ કેટલીક વખત એટલી અસહ્ય પીડા કરે છે કે તે દરદને જે તાત્કાલિક બંધ કરવામાં નથી આવતું તો દરદી માથું પટકે છે. નીચેના ઉપાયો સફળ થાય તેવા છે. એક નહિ તો બીજો અજમાવશો. આશાતીત લાભ થશે.

સ્ત્રીસરાષ્ઠન તો. ૫, એસીડ કાર્બોલીક તો. ૧૦ નું મિશ્રણ કરી, રૂનું પુમકું બોળી પોલાણવાળી, જગ્યાએ અથવા સણુકા મારતી દાદની નીચે દબાવવું.

લવીંગના અર્કનું પુમકું એ જ પ્રમાણે દબાવવું.

કસોરોફોર્મનું પુમકું એ જ પ્રમાણે દબાવવું.

કવીનાષ્ઠન એક વાલ રૂના પોલમાં વીંટી એ પેત્ર દાદની વચમાં ભરાવવો.

દર વખત પીડા કરતી દાદના પોલાણમાં કોઈ દંતરૈંધ પાસે જઈ, ગટાપરચા ભરાવી દેવો. જેથી તે જગ્યાએ અનાજ ભરાઈ નહિ રહે અને પીડા થતી અટકશે.

એક તાંત્રિક સુંદર પ્રયોગ છે. પોતાની દાદ માટે થઈ શકતો નથી. બીજાની દાદ માટે તમે કરજો. કોઈ પણ બહોલો લેશો નહિ. માત્ર કુતરાને એક રોટલો નાખાવવો.

કોઈ પણ દાદની પીડાથી ત્રાસી મચેલો માણસ આવે તેની પાસે ત્રણ ઇંચનો લોઢાનો ખીલો અને હથોડી મંગાવવી.

ત્યારબાદ સફેદ કાગળના ટુકડા ઉપર નીચેનો ગુરૂમનો મંત્ર લખવો.

‘રાજ્ય રાય વિશાળ કાય,
રામે હણ્યો ઈસ પર ઘાય.’

કાગળ ઉપર એવા અક્ષરથી ઉપરનાં વાક્યો લખવાં કે બીજો માણસ વાંચી શકે નહિ. બાદગમે તે ઝાડ પાસે જઈ મંત્રનો ટુકડો ઝાડને અડકાડી, ઉપર ખીસો અડકાડી, જેની દાદ દુઃખતી હોય તેને

એ દાઢ મૂળમાંથી ખૂબ જોરથી પકડી રાખવા કહેવું. અને પછી હથોડીથી ખીલા ઉપર ફટકો મારવો. ખીલો ઝાડમાં ચોટવા લાગશે તેમ દરદીનો સણુકો બંધ થવા લાગશે. એક ફટકા પછી દાઢ મૂકી દેવાનું કહેવું, ફરી પકડાવવી અને ખીલા ઉપર ફટકો મારવો. દર ફટકે ઉપરનો મંત્ર તમારે પણ મનમાં જોડવો અને દઢ સંકલ્પ કરવો કે દરદીની દાઢનો દુઃખાવો બંધ થવો જ જોઈએ.

એક તરફ ખીલો ઝાડમાં આખો ચોટી જશે, બીજી તરફ દરદીની અસહ્ય વેદના અને સણુકો બંધ થશે. ત્રણ મિનિટમાં અપાર વેદના બંધ કરનાર તરીકે તમારી પ્રશંસા વધશે. દરરોજ તમારી પાસે લોકો દાઢ મંતરાવવા આવશે. તમે ખીલો ઝાડમાં ઠોકવાથી એનું દર્દ નાબૂદ કરશો. આ અસર તમારી પાસે ત્યાં સુધી રહેશે કે જ્યાં સુધી તમે પવિત્ર, ચારિત્રવાન, અને સંપૂર્ણ મનોબળવાળા હશો. જે દિવસે દરદી પાસેથી બદ્ધો લીધો તે દિવસથી એ ચમત્કાર ચાલ્યો જવાનો.

એક પંજળી સધુ પાસેથી આ વસ્તુ પ્રાપ્ત થયેલી, અનેક વખત અજમાવેલી. તમે પણ અજમાવો.

*

(૬૪) રમણલાલ. બી. ભટ્ટ-ખીરપુર

પાગલ છોકરો છે, તેનો ઉપાય માગો છો:

આ માટે આપે કેટલીક સ્પષ્ટતા કરવી જોઈતી હતી. આવું પાગલપણ કેટલાક છોકરાને હસ્તમૈથુનથી, અત્યંત વીર્યનો ક્ષય કરી નાંખવાથી આવે છે. એટલે આપના તરફથી બહુ ટુંકી હકીકત લખાઈ આવી હોવાથી કંઈ પણ માર્ગ બતાવી શકાતો નથી. મારા ‘રખે વહેમાતા’ પુસ્તકમાંથી પાગલના અનેક પ્રકારના દર્દીઓ અને તેની સારવારનું પ્રકરણ વાંચી લેવાથી ઘણા જ સહેલા, સસ્તો અને સાદો ઉપાય મળી રહેશે.

*

(૬૫) શ્રી. રવિકાન્ત

આપના પત્ર મળ્યો. આપ પત્રની શરૂઆતમાં કેટલુંક મંતવ્ય રજુ કરે છે અને એ વિષે વિચાર કરતાં તે કેટલેક અંશે સત્ય જણાય છે.

બીજું ‘બહુરૂપીના વાયકો બળવાન બને’ એ મથાળા નીચે, પુછનારને હું દેશી દવાઓ બતાવું છું તેની સાથે વિલાયતી પેટંટ દવાઓ બતાવું તો સારું એમ આપનું માનવું છે.

પ્રથમ વાત તો એ છે કે મને દેશી વૈદકનું જેટલું જ્ઞાન છે, તેટલું વિશાળ જ્ઞાન એલોપથીનું નથી. છતાંય જે થોડું જ્ઞાન છે તે આપવા હું તૈયાર નથી. કારણ મારી હિંદનાં મનુષ્યોને દેશી વૈદક પ્રત્યે વાળવાની તીવ્ર ઇચ્છા છે અને એમ કરીને તેમનાં ધન, ધર્મ અને સ્વાવલંબન રક્ષણ કરવું છે.

બીજા આપના જાતીય વિજ્ઞાનને સ્પર્શતા સાત પ્રશ્નો છે. આપના હાથવા પ્રમાણે અને ચનેટની દૃષ્ટિએ એમાં કદાચ બિભત્સતા લાગે ખરી, છતાંએ આવા પ્રશ્નોની, મર્યાદામાં રહીને છણાવટની અનિવાર્ય આવશ્યકતા છે. તેની નોંધ આપી પ્રત્યુત્તર લખું છું:

(૧) પત્ની સાથે સંસારમાં ઝંપલાવ્યા પછી ભારેભાર શક્તિ ઘટતી જાય છે તે સ્વાભાવિક ક્રમ છે કે વ્યક્તિગત ?

(૨) સ્ત્રીને સતોષ આપવા પુરૂષથી સમાગમ માટે કેાઇ વિશિષ્ટ પ્રકારનું આલિંગન આપી શકાય ?

(૩) સશક્ત પુરૂષ એક રાત્રિમાં કેટલી વખત સમાગમ કરી શકે ?

(૪) પુરૂષ પહેલાં સ્ત્રીજ છુટે કે ત્રીય પછી રજસ્તાવ થાય ?

(૫) સમાગમની તૃપ્તિ પછી એ જ અવસ્થામાં થોડો વખત પડી રહે તેમાં લાભ કે હાનિ ?

આપના સાત પ્રશ્નો પૈકી પાંચના પ્રત્યુત્તર આપવા મને ઠીક લાગે છે. બાકી રહેલા બે જરાક વધુ પડતી ભુલુપેસા ઉત્કેરનારા છે અને 'બહુરૂપી'ના વાચકવર્ગમાં બાળક અને યુવાન સ્ત્રીપુરૂષો છે એટલે આપણે મર્યાદા રાખવી ધટે.

(૧) યુવાન પતિ-પત્ની મર્યાદામાં રહી સંસારસુખ ભોગવે છે તો તેમની શક્તિનો હાસ અમુક અંશે થાય છે ખરો, પરંતુ શરીરનાં બીજાં અંગ ઉપાંગોની હાસ-વૃદ્ધિ જેમ થયા કરે છે, તેમજ સમાગમ પછીની ખોટ પુરાષ ન્નય છે. કેટલીક વખત એવું પણ બેચારમાં આવ્યું છે કે અવિવાહિત અવસ્થામાં દેખાતાં નખળાં દુબળાં શરીરવાળાં સ્ત્રી પુરૂષો વિવાહિત જીવન પછી સશક્ત અને બંધાતા જતા બાંધાવાળાં બને છે, શરીર ભરાવદાર અને સશક્ત જણાય છે. પરંતુ આજના સાંસારિક જીવનમાં આવું ઓછું બને છે. તેના બદલે સંસારમાં પડ્યા પછી સ્ત્રી અને પુરૂષ લેવાતાં ન્નય છે અને પાંચ દશ વર્ષમાં તો અશક્ત બની અનેક વ્યાધિથી પીડાતાં જણાય છે. તેનું કારણ એક તો એ છે કે સંસાર શરૂ કર્યા પહેલાં વિષયી મનોમંથન સ્ત્રી પુરૂષ ભોગવી રહ્યાં હોય છે. આજના વાતાવરણમાં એ હવા એમને અવિવાહિત જીવનથી જ શરૂ થાય છે. પુરૂષોનું પ્રાથમિક જીવનમાં જે બંધારણ બંધાવું જોઈએ તે બંધાવું હોતું નથી અથવા બંધાતા જતા બાંધાતો એ કૃત્રિમ મિથ્યા આનંદમાં હાસ કરતો રહે છે. પછી પડે છે સંસારમાં, અને એ સંસારમાં પડ્યા પછી હદ વટાવીને વિષયમેવન આદરે છે. એને લખતે થોડા કાળમાં શક્તિનો સંચય ગુમાવી દેવાળું કાઢે છે. આ પ્રથમ બંધાતે એક સરખી લાગુ થતી નથી. શરીરનું બંધારણ તેની માનસિક સ્થિતિ અને રહેણી કરણી ઉપર પણ આધાર રાખે છે.

એક વાત તદ્દન સ્પષ્ટ છે કે એક લાખ રૂપિયાની કેપીટલવાળો ગૃહસ્થ તદ્દન બેકામ બની મીલકત ઉઘાવવા લાગે અને બીજી તરફ આવકનાં ધાર બંધ હોય તો તે વહેંચું દેવાળું કાઢે છે.

ન્યારે એથી થોડી મીઠકત હોવા છતાં વાજખી રીતે તે ખરચતો હોય, ખીજી તરફ આવકનાં સાધનો ખુશ્તાં હોય, તો તેને દેવાણું કાઢવાનો વખત આવતો નથી. કહેવાનો આશય એ છે કે સંસાર-સમાગમમાં શક્તિ ખુટતી નથી પણ પોતે ખુટાડે છે અને બેઝગામ ખનનાર વહેણો નાલાયક બને છે એ દીવા જેવું ખુશ્તું સત્ય છે.

(૨) સ્ત્રીસમાગમમાં પત્નીને આનંદ આપવા વિશિષ્ટ પ્રકારનાં આલિંગન આપી શકાય ? આ એક કોકશાસ્ત્રને નામે પ્રચલિત થયેલી કુપ્રથા છે. એ આસનો અને આલિંગનોના નામે સમાજના યુવાન માનસમાં જ્ઞાનસંચારને બદલે કુચેશ્વરો અને જીન્સીરી જીગુપ્સા પેદા કરે છે. પ્રચલિત આસનની સમાનતા જેટલી વાજખી અને હિતકર છે, તેટલાં જ વિરૂદ્ધ આસનો પુરતાં હાનિકર બેમાં છે. વિષમ આસનોથી પુરૂષને ખાસ નુકસાન થતું નથી પરંતુ સ્ત્રીને એમાં વિરૂદ્ધ આસનોથી ભયંકર બિમારી ભોગવતી બેઞ છે.

મારી ચિકિત્સામાં હમણાં એક યુવાન બેઠું આવેલું. તેમાં સ્ત્રીના ગર્ભાશયનું કમળ બિઘ્નકુલ પોતાના સ્થાનથી ઉઠતું મધ ગયેલું જણાયું. તપાસ કરતાં સમજાયું કે એ લોકો વિશિષ્ટ આનંદપ્રાપ્તિની ખાતર અને ખરી રીતે કહીએ તો પુરૂષને ખુશ કરવાની ખાતર, મનુષ્ય મટી પશુની જેમ અધોમુખ પત્ની બનાવી સમાગમ કરવામાં આવતો. થોડો વખત તો તેથી તેમને કાઈ ગેરલાભ થયેલો ન જણાયો. પણ ન્યારે પેદાનો સખત દુઃખાવો ઉપડ્યો ત્યારે મારી પાસે આવેલાં. તેમની મુખાંધ ઉપર થોડો મીઠો ઠપકો આપ્યા પછી તેની સારવાર શરૂ કરી, દર્દ નાબૂદ થયું ખરું. ગુપ્ત લાગમાં રીંગ પહેરાવી સરખાઈ લાવવા પ્રયાસ કર્યા છે, પણ પ્રજેત્પત્તિ માટે એ બાઈ તદ્દન નાલાયક બની ગઈ છે.

સ્ત્રી પુરૂષ સમાન હોય છે, પુરાં સશક્ત હોય છે અને એક-બીજાને પ્રેમથી ચહાતાં હોય છે તો પછી વચમાં કાંઈ આસનોની કબજની જરૂર નથી. આસનોની પ્રથા કોકશાસ્ત્રે એટલા માટે શરૂ

કરી હશે કે શરીરના બંધારણમાં ઘણી વિષમતા હોય, અર્થાત પુરુષ તદ્દન નાબુક અને ડુંકા કદનો હોય, સ્ત્રી બલીષ્ટ અને પુષ્પ બાંધાની હોય, અથવા તેથી ઉલટું હોય, ત્યારે કેટલાક આસનો એવાં બતાવ્યાં છે કે જેથી કામતૃત્તિ જલદી અનુભવાય. પરંતુ આ એક હેતુપુરઃસરનું જ્ઞાન વ્યક્તિગત છે, સમાજગત કે સર્વને માટે નથી.

(૩) એક રાત્રિમાં કેટલી વખત સમાગમ કરી શકાય ?

એક રાત્રિમાં નહિ, એક મહિનામાં માત્ર એક વખત ઋતુસ્નાન પછી પુત્રપ્રાપ્તિની ઇચ્છાએ સમાગમ કરવાની શ્વાસ્વાસા પડધમ બળ-વીને પોકારે છે.

અને મનુષ્ય તરીકે પ્રતિભાશાળી, તેજસ્વી અને દીર્ઘજીવી તંદુરસ્ત જીવન ગાળી, સુખપૂર્વક જીવવું હોય તેને આ આજ્ઞાનું અક્ષરશઃ પાલન કરવાનું ફરમાન છે. અત્યારના વાતાવરણ પ્રમાણે એ ન જ પાળી શકાય તો મહિનામાં ચાર વખત. એક અઠવાડિયાનો ગાળો તો અવશ્ય જોઈએ જ. એ કરતાંય ડુંકા વખત રાખે, અને ત્યાંથી હઠીને દરરોજ રાત્રિએ સમાગમ સેવે, અને વળી એક રાત્રિમાં કેટલી વખત-એ પૂછનારને !

એનો પ્રત્યુત્તર એક જ કે કરાલ દાઢવાળા મૃત્યુના મુખમાં ધકેલાય ત્યાંસુધી અને તેટલી વખત !

એવી વૃત્તિવાળાને મનુષ્ય ન કહેવાય તેમ જ પશુ પણ ન જ કહેવાય. પશુઓ તો બહુ જ મર્યાદિત વિષયસંગ કરનારાં છે.

એક રાત્રિમાં અનેક વખત વિષયસંગ કરનાર માટે નપુંસકતા, ક્ષય, અકાળ મૃત્યુ (હાર્ટફેલ) જ નિર્માણ થયેલાં છે: તો એ ત્રણે પરિણામોને સામે રાખીને જ કામાંધ બનવું !

(૪) સમાગમમાં પ્રથમ સ્ત્રીને સ્ખલન અથવા કામતૃત્તિની પરા-કાષ્ટા પ્રાપ્ત થવી જોઈએ. જો એમ નથી બનતું તો સ્ત્રીઓના જ્ઞાન-તંત્રુઓ ઉપર વિરૂદ્ધ અસર નીપજે છે અને હીસ્ટીરીયા જેવા રોગો પેદા થાય છે.

(૫) સમાગમ પછીની પરાકાષ્ટા બાદ એ જ અવસ્થામાં વધુ વખત રહેવાની જરૂર નથી. પણ કેટલાક કલાક સહશયન રહેવાથી ઉભય પક્ષમાં જેને અસંતોષ રહી ગયો હોય છે તેને તેથી સંતોષ અનુભવાય છે.

*

(૬૬) દુઃખી સેવક ગુલામ

આપની બહેનને ગાવાનો શોખ છે, પરંતુ કુદરતે તેને ગળું નથી આપ્યું, એના કંઠમાં મધુરતા આવે, ગાયનની કળા ખીણે એવો ઉપાય માંગો છો.

ભાઈ ! શોખ એ એક ભુદી વસ્તુ છે, ઇશ્વરી બક્ષિસ એ ભુદી વસ્તુ છે. ગાનારને ગાવાનો શોખ હોય તેને માટે શિક્ષણ આપવામાં આવે, પણ કુદરતી બક્ષિસનો જે સુમેળ સધાનો નથી તો તેનાથી બહુ આગળ વધી શકાતું નથી. અનેક કળાઓમાં આઠ કળાને ‘આપબળ’ જેમ્મએ છે, અને પછી બહારનું શિક્ષણ તેને મદદ કરે છે. આઠ કળાની વ્યાખ્યા ચારણી ભાષામાં આ પ્રમાણે જણાવી છે:

‘રાગાં, પાદ્યાં ને પારખાં નાડી ને વળી ન્યાય,
તરવું, તાંતરવું, તસ્કરવું એ આઠે આપકળાય.’

અર્થાત રાગ ગાવો, પાદ્યો બાંધવી, મનુષ્યપરીક્ષા, નાડી જોવી, ન્યાય આપવો, જગમાં તરવું, આડા ફરી લૂટવું, ચોરી કરવી એ આઠે આપકળા છે.

છતાં બહેન માટે નીચેની ગોળી મોઢામાં રાખવા આપશો. તેજ, મર્યાં, આમલી, અથાણાં, ચટણી, પાપડ વગેરે બંધ કરાવશો. જરૂર ગળામાં મીઠાશ અને કામળતા આવશે.

બાદીયાન તો. ૧, કાચો તો. ૧, મરી તો. ૦ા, એલચી તો, ૧, ઇલમીટનાં ફુલ તો. ૧, સાકર તો. ૨ા, આંબાનાં તો. ૧, ખેરસાર

તો. ૧, લવીંચ તો. ૧૧, એ સર્વ ખારીક ખાંડી અંદર નાગરવેલના પાનનો રસ તો. ૨ નાંખી, ખીબું જરૂર પુરતું પાણી નાંખી ચણાના દણા જેવડી ગોળા બનાવી મોઢામાં રાખી રસ ચુસવો. જરૂર કંઠ સરસ બનશે.

બહેનના વાળ વધવા માટે પુછો છો. એ વિષયમાં 'પુત્રદા અને પારણું' નામક મારા ગ્રંથમાં કેશગુંથન અને વેણીબંધનનાં પ્રકરણો વાંચી જુવો. તેમાં વાળ માટે બહુજ ઉમદા તેલોની અને બાલ ધોવાની બનાવટ બતાવી છે. તે પ્રમાણે કરશો તો વાળ અનમાન્યા વધશે.

*

(૬૭) લાલજી માવજી-જેતપુર

પેચોટી-આંખોઘ પેટમાં ખસી જાય છે, તેને માટે શો ધલાજ લેવો એ બાબત પૂછો છો.

પેચોટી જેવો કોઈ અવયવ પેટમાં નથી. મારા મનવા પ્રમાણે નાનાં આંતરડાંની આંટીઓનો એક જથ્થો ફુટી નીચે રહે છે તેને ઘણું કરી પેચોટી કહેવામાં આવે છે.

પગ ખસી જવાથી અથવા જોરદાર વજન ઉંચકવાથી આ આંતરડાંની ધડી આઘી પાછી ખસી જવા પામે છે અને તેથી કેટલાકને ઝાડા, ઉલટી, દુઃખાવો કે ચુટપુટ થાય છે-પુરૂષ કરતાં સ્ત્રીઓને આમ વધુ બને છે.

એમાં કેટલીક વખત આંતરડાં ખસવાથી અથવા કેટલીક વખત અર્બાસય ખસી જવાથી દર્દ થાય છે. સ્ત્રીઓમાં પેચોટી ચોળાવીને આ દર્દને ઠેકાણે લાવવાનો રીવાજ છે. ગામડામાં તો કેટલીક સ્ત્રીઓ પેચોટી ચોળવાનું ખાસ જાણતી હોય છે; અને તેલ લઇને પેચોટી ચોળે છે તેથી ઠેકાણે આવે છે અને દર્દ નાબૂદ થાય છે.

પરંતુ બને છે એવું કે આવી રીતે યોજાવવાથી ટેવ પડી જાય છે અને ધડીએ ધડીએ તે ખસે છે તથા યોજાવે છે. એ કસતાં નીચેના ઉપચારો વધુ સારા છે :

(૧) એક તોલો ગોળ અને ૦૧ તોલો સુંક મેળવી ગોળા બનાવી ખાવી.

(૨) સુવાદાણા તોલો ૦૧ થી ૧ ચામચ વગર પાણી સાથે દિવસમાં ૨ વખત ગળવા.

(૩) એક તોલો સુવા, અરધો તોલો અજમે, ૫૧ તોલો સંચળ તેની ફાકી બનાવી, અરધા ભાર જરા ગરમ પાણી સાથે લેવી.

(૪) કપિંગ :લાસ અથવા સાધારણ કાચના :લાસને અંદર સ્પીરીટ લગાડી દીવાસળીથી ભડકા કરવો. ઓલાઇ જાય એટલે તુરત તેને ડુંટી ઉપર ઉઘો મૂકી દેવો, જેથી :લાસ ચોટી જઇ ચામડી ખેંચાવા લાગશે અને ફાંફાની માફક પ્યાલાની અંદર ચામડીનો ભાગ ઉપસેલો જણાશે. દશ પંદર મીનીટ પછી ધીમેથી એક તરફથી ચામડી ખેંચી અંદરની હવા બહાર કાઢી પ્યાલો લઇ લેવો. દિવસમાં આવી રીતે બે વખત કરવાથી પેચોટી ઠંડાણે આવશે. પ્યાલો સખત ધારવાળો ન લેવો. તેની સાથે સ્પીરીટ નાંખી બળતું ચાય અને ઓલવાયા પછી સ્પીરીટ પ્યાલામાં બાકી ન રહે તેની પછી કાળજી રાખવી.

*

(૬૮) જગજીવનભાઈ-મુંબઈ

આપ અભ્યાસ કરો છો અને આંખોની ફરીયાદ માટે રસ્તો માગો છો:

આંખોની રોશની જન્મથી કુદરતે કાઢીને ખરાબ આપી નથી. બીજાં શરીરનાં અંગોપાંગ જેમ શક્તિશાળી હોય છે તેમ આંખો

પણ બંધારણથી જ પૂર્ણ હોય છે. હા, કેટલાક જનમથી અંધ કે શુચળા હોય તેને બાબુ ઉપર રાખીએ તો આંખો સરીરના બંધારણ સાથે સ્વચ્છ અને નિર્મળ હોય છે. પરંતુ જનમ પછી આંખો બગડે છે. અતિ તીવ્ર ખોરાકો, વધુ વાચન અને આજના વીજળીના પ્રકાશે આંખોની તાકાત હરી લીધી છે.

મારા ખ્યાલમાં છે કે આજથી પચાસ વર્ષ પહેલાં ન્યારે આટલો વીજળીની બત્તીનો વપરાશ નહોતો, ફેરોસીને વધુ પ્રચાર નહોતો કર્યો અને ઘરમાં દીવાબત્તીઓ એરંડીયા તેલથી થતી ત્યારે લોકોને આટલાં ચશ્માં પહેરવાં નહોતાં પડતાં, આંખના મોતીયા દરેક માણસને નહોતાં આવતાં; ન્યારે આજે જુઓ તો આંખોની દુસ્પીતાલો ઉભરાઇ ચાલી છે.

હજી તો જીંદગીના બે દશકા પુરા થયા ન હોય તેવાં બાળક-બાળકીઓની આંખ ઉપર ચશ્માં આવેલાં જોઇ મને ખેદ થાય છે. પરંતુ એ બાળક બાળકીઓનો અપરાધ હોય એમ મને નથી લાગતું. આજના તામસી ખોરાકો, વધુ પાવરની બત્તીઓ, અભ્યાસકાળમાં વાચનનો બોજો અને એને કારણે રાત્રિમાં કલાકોના કલાક વાંચતું પડતું હોવાથી, આંખની તાકાત ધીમે ધીમે ઓછી થતી જાય છે. તેની સાથે આંખને પોષણ આપે તેવા દુધ, મગાઇ, માખણ, બદામ, વગેરે પૌષ્ટિક પદાર્થોનો અભાવ હોય છે. નબળી પડતી આંખને સતેજ બનાવવા પછી ચશ્માંના ડાક્ટરનો અભિપ્રાય લેવાય છે અને એ બિયારા પરોપકારી મહાશયો પોતાની દુકાનેથી પાછો કોઇને વાળતા જ નથી ! સાચી સલાહ આપે, ચશ્માંની અનાવશ્યકતા સ્વયં, આંખની સારવાર અને થોડીક સંભાળ રાખવા કહે, તો તો પછી એમને દુકાને ખંભાતી તાળું જ લગાવવાનું પડે ને ! એટલે ચશ્માં લેવા આવનારને સાચો રાહ જાનો બતાવે ?

આપે રાત્રે વાંચવાનું છોડી દેવું. જરૂર જણાય તો એરંડીયા તેલનો દીવો કરીને વાંચવું, સીનેમા જોવા કદિ જવું નહિ, વધુ પ્રકાશની

ખતીઓમાં બેસવું નહિ અને નીચેની દવા ખાતી, તેમ જ ખીજ દવા આંખમાં નાંખવી. જરૂર લાભ થશે.

લોહબરમ તો. ૧૦, આંખળાં તો. ૨૦, ગુલકંદ તો. ૧૫, હરડે તો. ૨૦, એલચી તો. ૧, જેડીમધ તો. ૧, પ્રવાલબરમ તો. ૧૦.

બધું સાથે મેળવી, સવાર સાંજ સવા સવા તોલો લઇને પાણી સાથે ખાવું.

ગુલાબજળ સાચું, સાફ અને ઉંચી જાતનું તો. ૨૦, બેરીક એસીડ ગ્રેન ૧૫, ઝીંક સલ્ફ ગ્રેન ૨.

ત્રણે સાથે મેળવી વાદળી રંગની બાટલીમાં રાખી મૂકો. સવાર સાંજ બંને ટીપાં આંખમાં દરરોજ નાંખો અને બે મહિના ચાલુ રાખો.

લીલી હરીયાળી જમીનનું નિરીક્ષણ કરતા રહો. રાત્રે ચાંદની ખીલેલી હોય ત્યારે અરધો માઇલ દૂરવા જાઓ. લાલ અને પીળા રંગના પદાર્થો ઉપર વધુ વખત નજર ન ફેરવો. આથી આંખ ઉપર અજબ જેવો ફેરફાર થશે અને રોશની વધશે.

*

(૬૯) એચ બરડાઈ-મખાલે (યુગાન્ડા)

આ પ અને આપનું મિત્ર મંડળ ‘બહુરૂપી’ માંના મારા લેખો રસપૂર્વક વાંચે છે અને પ્રશંસા કરે છે તે માટે મારે અને ‘બહુરૂપી’ એ ખુશ થવા જેવું ખરું. આપના પ્રશ્નોનો ઉત્તર નીચે છે:

ઉઠતી વખતે માથું દુઃખે છે: આગળના દિવસના તમારા વ્યવસાયના કારણે મગજ ખૂબ કંટાળી ગયું હોય તો જ ઉઠતી વખતે માથું દુઃખે, અથવા રાત્રિએ જોઇએ તેવી સરસ મીઠી ઉંઘ ન આવી હોય તો પણ આમ બને. ત્રીજું કારણ આધારશીશી હોય તો પણ ઉઠતાંની સાથે અરધા મસ્તકમાં અને ધણું કરીને બુકુટીના એક

છેડાથી માંડી અરધો ભાગ દુઃખવા લાગે. દિવસ ચઢતો જાય તેમ વધે, દિવસ નમતો જાય તેમ ઘટે અને રાત્રિ પડતાં ખીલકુલ સ્વસ્થતા આવી જાય. પહેલાં એ કારણો તમને જણાતાં હોય તો તેનો ઉપાય તમારા હાથમાં છે. વ્યવસાય ઘટાડો અને ખોળો ઓછો કરો. એટલે રાત્રે નિદ્રા ખરાબર આવશે અને મગજ થકાવટ નહિ અનુભવે.

આધાશીશી જેવું લાગતું હોય તો સવારમાં પથારીમાંથી જાગતાંની સાથે માત્ર એ ત્રણ કોગળા પાણીના કરી તુરત સુતાં સુતાં પાંચ તોલા ગોળ ખાઈ જાઓ. ગોળ ન ભાવે તો ગરમ જલેખી, અને જલેખી ન મળે તો થોડોક સાકરનો શીરો. જે દિવસે સવારના જાગતાંની સાથે આ ત્રણ પદાર્થમાંથી એકાદ ખાવાનું શરૂ કરશો તે દિવસથી માથાનો દુઃખાવો દૂર થશે.

ખીળે પ્રશ્ન શ્વાસ-દમનો છે: આ દર્દ અનેક કારણોથી થાય છે. એટલે આ વ્યાધિનું તો આપે ઓછસ નિદાન કરાવી. અનુભવી, વિદ્વાન વૈદ્યની સલાહ પ્રમાણે દવા લેવી. છુટાછવાયા ઉપાયથી લાભ થવા સંભવ નથી.

દુધ અને છાશ ક્યારે ક્યારે લેવી ?—એક શ્લોક મળેલો છે.

રાત્ર્યાન્તે પીબેત્ દુગ્ધં, દિવસાન્તે પીબેત પયઃ
ભોજનાન્તે પીબેત્ તત્રં ન વૈદ્યસ્ય પ્રયોજનમ્

અર્થાત સૂર્યાસ્ત એટલે સવારે દુધ પીવું. રાત્રે સૂતી વખતે પણ દુધ પીવું, અને જગ્યા પછી છાશ લેનારને વૈદ્યની જરૂર પડતી નથી.

પિત્તની ઝડપ લાદરવો—આશો એ એ મહિના છોડીને દહીં પણ લઈ શકાય. પરંતુ કંઈ પ્રકૃતિવાળાને અને દમના દરદીને દહીં વિરૂદ્ધ પડે છે એ પણ ખ્યાલમાં રાખવા જેવી ખાબત છે.

(૭૦) રતિલાલ માણેકલાલ પાનવાલા-ધરમપુર

માથામાં ચોટલીની પાસે આપને બાલ ખરી જઈ ચકામાં પડ્યાં છે તેને માટે ઉપાય માગો છો:

હાથી દાંતનો વહેર તો. ૧૦ આંખળાં તો. ૧૦.

બંનેને બારીક ખાંડી ખરલમાં નાંખો. લાંગરાનો રસ દરરોજ તો. ૧૦ નાંખતા જાઓ અને ધુંટતા જાઓ. દશ દિવસ સુધી રોજ દશ દશ તોલા નાંખી, સુકાય ત્યાં સુધી ધુંટી, છેવટ કપુર તો. ૧ નાંખી સોગઈ બનાવો, દરરોજ તેને ઘસી વાળ ખરીને પડેલી તાલ ઉપર લગાવી બાર કલાક રહેવા દેવું. અને બાર કલાક પછી ઘોષ નાંખી બીજા બાર કલાક ખુલ્લું રાખવું. એકાદ મહિનો ઉપયોગ કરવાથી ખરતા વાળ અટકશે અને પડેલી તાલની જગ્યાએ વાળ આવશે.

*

(૭૧) એમ. એસ. દેસાઈ-નડીયાદ

આપનાં પત્નીને સગર્ભાવરથા છે. ખોરાક લેતાંની સાથે ઉલટી થઈ જાય છે. એનો ઉપાય માગો છો:

ભાઈ! હમેલ રહ્યા પછી ધણીખરી સ્ત્રીઓને આમ ઓછા વધતા પ્રમાણમાં થાય જ છે. સ્ત્રીઓ તેને 'હેળ' કહે છે અને ગર્ભ રહ્યા પછી ધણું કરી પાંચ મહિના સુધી આમ થાય છે.

એ હેળને માટે એટલે ઉલટી થઈ જવા માટે અથવા જીવ મીંચકાવા માટે અનુભવી સારવાર સિવાય વૈધ ડાકટરો પાસે કોઈ ખાસ ઉપાય નથી. જો કે ધરની વૃદ્ધ સ્ત્રીઓ કાંઈક ઉપચાર કરે છે ખરી, પણ ક્યારેક જ આવા ઉપચારો માફક આવે છે.

દશેક વર્ષથી હેળના ઉપચાર માટે મને ખૂબ વિચારણા થતી હતી. શોધખોળ અને પ્રયત્ન પછી એક ઉપચાર-ઉપાય સરસ અને સફળ હાથ લાગ્યો છે. આજસુધી એને ગુપ્ત રાખ્યો છે. તે એટલે સુધી કે મારા દવાખાનાના ઉપચારને પણ નહિ કહેતાં આવા દરદી-ઓને એ દવા હું જાતે જ બનાવી આપું છું. તે એટલા માટે નહિ કે મારી શોધખોળનો ઉપાય કોઈ જાણી જાય તો મારી આવક ઓછી થાય. માત્ર એ ઉપાય એવો છે કે જાણનાર જાણ્યા પછી તેને નકામો ગણી કાઢે અથવા પોતાની બુદ્ધિથી ઘેડ બેસાડી દે કે આ દવા ગર્ભવાળી સ્ત્રીને અપાય જ નહિ, એથી સોજા ચડી જાય તો !

હવે એ ઉપાય બતાવું છું. સેંકડો સ્ત્રીઓને તે આપ્યો છે. કોઈ પણ જાતની વગર ચિંતાએ આપવાની હું લક્ષ્યાંક કરું છું. બેરી-દર રહી સગર્ભાને આપવો અને એનું દુઃખ ટાળી આશીર્વાદ લેવો.

ખાટા લીંબુનો રસ અરધી ફાસનો એક ગ્લાસ પાણીમાં નીચોવી, દિવસમાં ત્રણ વખત આપવો. બને તો ગર્ભિણી સ્ત્રીને નહિ જણાવતાં ખાટલીમાં લીંબુનું પાણી બનાવીને જ દવા તરીકે આપવું. હું પણ એમ જ કરું છું. જરૂર મીઠું અંદર નાંખવામાં આવે તો કશી વાંધો નથી પણ માત્ર બે દિવસ આપવાથી અસર થાય છે અને પંદર દિવસ ચાલુ રાખવાથી, હેળ-ઉલટી આવવી, ખોરાક નહિ પચવો અને ખોરાકનો અભાવો-સુગ, આ બધું બંધ થઈ જશે. એથી શરીર સરસ થાય છે. આ ઉપાયથી ગર્ભને કોઈ પ્રકારનું નુકસાન નથી થતું તેમ જ ગર્ભિણીની શારીરિક તંદુરસ્તીને કોઈ ખલેલ નથી આવતી.

આ ઉપાય માટે ખાલી ટીકા કે આપબુદ્ધિ લડાવવાની જરૂર નથી. મારી બુદ્ધિએ ચાલશે તો સુખી થશે.

(૭૨) સુરેન્દ્ર રાવળ-વડોદરા

પ્રિય બાઈ ! આપનો પત્ર મળ્યો અને પ્રશ્ન પણ વાંચ્યો. આપના મંતવ્ય ઉપરથી આપ ચલિત થવા માગતા નથી, પછી મારા અભિપ્રાયની જરૂર શી ?

કારણ કે ‘ ધણીને સુજે ઢાંકણીમાં એ પડોશીને આયનામાં એ નહિ. ’ એ કહેવત છે. એટલે આપ માનતા હો અને નિર્ણય કર્યો હોય એ આપને બલે મુબારક હો. પણ મારો અભિપ્રાય જરીક જુદો પડે છે એ હું જણાવું છું. ખોટું લાગે તો માફ કરશો.

પ્રથમ આપનું જણાવવાનું છે કે આપને લગ્ન કરવાં છે. વાલી-ઓએ નિર્ણય કરી રાખેલી બાવી પત્ની એ લોકોના મત પ્રમાણે આપને માટે સંપૂર્ણ લાયક છે. આપ પણ કબૂલ કરો છો કે એ સદ્-ગુણી છે, પ્રેમાળ છે અને તમને મેળવવા માટે એ પોતાને બાંધ-શાળી માને છે. છતાં એનામાં તમને એ ખોડ લાગે છે કે તેની શરીરની ચામડી અત્યંત ગેરી નથી-ધણિંવણી છે. બીજું એ આજની કેળવણેલી છોકરીઓ અને છુટ લેતી પાશ્ચાત્ય સંસ્કારે રંગાયેલી કુમારિકાઓની જેમ બધાંની સાથે હળતી મળતી નથી, એટલે એ આપના જીવનમાં કેમ રસ પૂરી શકશે, એની આપને શંકા છે. એથી આપ વડીલો સાથે ઝગડીને પણ એ બંધનથી છુટા થવા માગો છો અને એ પહેલાં તે વિષે મારો અભિપ્રાય ધ્રુવો છો. આપ આપના સર્વ હિતસ્વી કરતાં મારા ઉપર વધુ ભરોંસો અને વિશ્વાસ રાખો છો તેમ જ હું જે માર્ગ બતાવું તે તરફ વળવા ધ્રુવો ધરાવો છો, એ માટે આભાર.

પ્રથમ તો હું આપને એમ પૂછું છું કે આપે આપનો ચહેરો બરાબર આપનો સામે રાખીને જોયો છે ? હું મગ્નક નથી કરતો હો, બિરાદર ! હું એ કહેવા માગું છું કે આપની બાવી પત્ની કરતાં આપ કેટલા દરજ્જે વધારે રૂપાળા છો તેનો તો પ્રથમ હૃદય ઉપર

હાથ રાખી નિર્ણય કરો. ‘હામસીના છોકરા’ જેવો નિર્ણય ન કરશો. તટસ્થ દૃષ્ટિથી તમે તમને જોજો. તો જ ખરો નિર્ણય કરી શકશો. જેમ તમે પત્નીની ચામડીની ઉજ્જવળતા, આ અને તે-અધું બરાબર તમારા આત્માની પ્રસન્નતાની ખાતર કરવા-માગવા-ચાહો છો તેમ તમારી બાવી પત્ની પણ ચાહે તો ?

તો જેમ તમે તમારે લાયક એને નથી સ્વીકારતા તેમ એને લાયક તમને કદાચ તે ન સ્વીકારે એવું પણ બની શકે.

આજનો યુવાન ઉપલક્ષ સ્વરૂપ અને સુંદરતાનો પૂજક બનીને એક એવી કલુષિત સરિતામાં વહન કરી રહ્યો છે કે તેનું જીવન-નાવ સમતુલનાએ ચાલી શકતું નથી.

અહુ જ સ્વરૂપાન સ્ત્રી સંબંધમાં એક વિક્ષાને રૂપક દોર્યું છે :

‘ઋણકર્તા પિતા શત્રુ, માતા ચ વ્યભિચારિણી,
ભાર્યા રૂપવતી શત્રુ, પુત્ર શત્રુરપંડિતઃ’

આવું મંતવ્ય રજુ કરનાર-શ્લોક લખનારને ઘડીબર તમે પાગલ માની લ્યો, અને તમારાથી અત્યંત સ્વરૂપવાન સ્ત્રીને તમે પસંદ કરી પરણો. પરણનાર સ્ત્રીને તમારા સ્વરૂપ બાબતની અંતઃકરણના ઉંડા ઉંડા સ્થાનમાં ઉણપ લાગે અને જે દિવસે એનો માનસિક પલટો થાય તે દિવસે શું નિપજે...તેનો વિચાર હું તમને જ સોંપું છું.

હું તો તમને સીધી સલાહ આપું છું કે તમારે મુકરર કરેલી પત્ની સાથે પરણવું. હું નિશ્ચયપૂર્વક જણાવું છું કે ગારી ચામડી કરતાં લાલ ચામડીમાં સહૃદયતા વધારે હોય છે. તેની સાથે તે રોગીષ્ટ ઓછી બને છે. તેનાં અંગ-પ્રત્યાંગો વધારે સુઘટિત અને સુડોળ તથા વધારે મજબૂત હોય છે, અને તેનાંમાં પ્રેમોર્મિની પાંખડીઓ વધુ ખીંચેલી હોય છે. એટલે એ તમારા જીવનમાં એવી સરસ સુવાસ બરશે કે તમે મસ્ત બનશો.

(૭૩) નિબનંદી-ભાવનગર

આપનો પત્ર મળ્યો. મહાત્માઓના ચમત્કાર સંબંધી કેટલીક સ્પષ્ટતા કરી, આપના કેટલાક અનુભવ લખી, માફ મંતવ્ય એ દિશામાં થું છે એ આપ પુછાવો છો.

ધન્યરપરાયણ થયેલા સત્પુરુષ પોતાનું જીવન લોકકલ્યાણ માટે આળતા હોય છે. માત્ર મનુષ્યોનાં આધ્યાત્મિક, આધિભૌતિક અને આધિદૈવિક દુઃખોને દૂર કરવા કાંઈ વખત આશીર્વાદ આપે છે. જો તે ખરેખર મહાન આત્મા હોય છે તો તેમની આશીશનો પડધો પડે છે ખરો. પરંતુ તેઓ જે કાંઈ કરે છે તેમાં સ્વાર્થની લવલેશ ગંધ હોતી નથી; તેમજ પોતાનું પ્રભુત્વ દેખાડવા માટે એ કાંઈ પણ કરતા નથી. માત્ર, ‘પરોપકારાય સનાં વિશ્રૂતયઃ’ સત્પુરુષની વિશ્રુતિ પરોપકાર અર્થે જ હોય છે.

આજે મહાત્માઓના નામે, ચમત્કારના નામે સેંકડે નવાણુ ટકા માત્ર ઠગાઈ ચાલે છે. શ્રદ્ધાળુ ધર્મધેલા અને વિશ્વાસુ માનવીઓ એ કહેવાતા મહાત્માઓની ચાલચાલમાં ફસાઈ પડે છે, અને પોતાના ધનનો, ધર્મનો, તથા કેટલીક વાર પત્ની અને પુત્રીનો ભોગ નહિ તો તેમની બચ્છતા તો જરૂર વહોરે છે.

દંભી આડંબર, વાચાળશક્તિ, અને આવનારને આંજી નાંખવાને જોઈતાં કળાકૌશલ્યથી આવા ઠગો પુખ્ત છે, પંકાય છે અને પારકા માલમલ્લીદાથી મોજ માણે છે ! કેટલાક અજ્ઞાન અને સ્વાર્થી લોકો ધનપ્રાપ્તિની ઇચ્છાએ, પુત્રપ્રાપ્તિની ઇચ્છાએ અને વશિકરણ, મોહન કે શત્રુ ઉપર વેર વાળવાની ખાતર આવા મહાત્માના ચમત્કારો અને વિદ્યાઓ તરફ આકર્ષાય છે. પરિણામ એ આવે છે કે પોતે ઠગાય છે અને પોતાની મુખાંધ ઉપર લોકો હસે નહિ એ માટે પોતે ઠગાયા છે એ વાતને છુપાવી રાખે છે.

ધર્મના નામે, કીમીયાના નામે, ગુરૂપદાના નામે આજે હિંદની ધર્મધેલી પ્રજા જેવી લુંટાઇ રહી છે, છેતરાઇ રહી છે તેવી કામ પણ કારણથી છેતરાતી નહિ હોય.

દશેક વરસ ઉપરની વાત છે. શ્રાવણ મહિનાનો દિવસ હતો. ચાતુર્માસના વિશિષ્ટ વૃત્તનિયમે સ્ત્રી પુરૂષો આચરે રજાં હતાં. સરિતા અને સરોવરો જળથી છલોછલ ભરાયાં હતાં. તેવા પ્રસંગે એક પાંચ હજારની વસ્તીવાળા—ન ગામડું કહી શકાય, ન શહેર કહી શકાય—ગામમાં, જે ગામ વઢવાણ અને વિરમગામની વચ્ચે આવેલું છે, ત્યાં મહેમાનગતિએ જવાનો મને સુયોગ પ્રાપ્ત થયેલો.

મારા સ્નેહીઓનો ધણા દિવસથી આમહુ હતો કે મારે જરૂર જરૂર એક અટો આવવું. અને સાચા સ્નેહી તરફની મહેમાનગતિ એ પણ એક અનેરી મોજ છે. ન કામ કરવું પડે ન કાજ. ખાટલેથી પાટલે અને પાટલેથી ખાટલે. ખમા ખમા થાય. રોજ રોજ નવી નવી વાનીઓ અને નવો નવો સત્કાર, ચહાપાર્દીઓ અને ગ્રામ્યસંગીતના જલસાથી રીઝું બનેલું દિલ કેમે ક્યું રોક્યું રહ્યું નહિ અને અકવાડિયા માટે મહેમાનગતિ માણવા એ ગામમાં હું જઇ ચઢ્યો.

થોડીક સંગીતની આવડા, વાતુડીયો સ્વભાવ, વૈદકનો ધંધો, એટલે એકાદ બે દિવસમાં તો અનેક બાઇઓ સાથે મીઠી મિત્રતા થઇ ગઇ. રાત્રિના બાર વાગે તોય અમારી મંડળી વિખુટી થાય નહિ. ન સુવે, ન સુવા દે.

મંડળીમાં એક સોની બાઇ દરરોજ આવે. એક આંખે જરા અખમ થયેલા. માત્ર એક આંખ જ તેમની કામ કરે. ત્રૈલુવધર્મ પાળે. સવારના સાતથી તે રાત્રિના દશ વાગે પણ જુઓ તો લાલ હિંગળોક જેવું કપાળમાં ઉલું તીલક ઝગારા મારી રહ્યું હોય. પણ એક જ આંખ હતી એથી શું ? બા : બુદ્ધિમાન, બડા ચાલાક અને એટલા જ એ લુચ્ચા તથા ખંધા પણ ખરા !

એમનું નામ પાનાચંદભાઈ. ગામમાં કોઈ સાધુ, સંત, મહાત્મા કિંવા મુનિ આવ્યા કે પાનાચંદભાઈ પહેલા પહોંચે. આપણ-આપણ કરીને સીધા પગમાં પડે, એકાદ દિવસનું ભોજન આપણને આગ્રહ કરી ધરે, એકાદ દિવસ સેવા કરે અને આપણના પેટમાં પેસી પગ લાંબા કરે. એમના પાણીનું માપ કાઢી પછી એવા છુ થઈ જાય કે પાનાચંદ જાણે ગામમાંય રહેતા નથી !

પાનાચંદ એ દિવસ તો મારી સાથે ચર્ચામાં ન ઉતર્યા પણ પછી એમનાથી રહેવાયું નહિ અને પડખામાં ભરાયા. એમણે શરૂઆત કરી :

‘ ભાઈ ! સંત મહાત્માઓના ચમત્કાર વિષે તમે શું માને છો ?’

મેં કહ્યું : ‘ ભાઈ ! મંતવ્ય એ એક જુદી વસ્તુ છે અને સત્ય એ તેથી નિરાળું છે. આપણા મંતવ્યને સત્ય તો ન કહી શકાય. મરંતુ આપણા મંતવ્ય ઉપર જ્યાંસુધી આપણે નિર્ભર હોઈએ છીએ ત્યાંસુધી આપણને એ સત્ય જણાય છે. જ્યારે કોઈ અણુધાર્યો પ્રકાશ મથરાય છે, ત્યારે આપણું મંતવ્ય બદલાય પણ છે અને તે જુદી દિશા લે છે.

‘ કેટલીક ઘટના આપણને ન સમજી શકાય એવી જણાય છે. આપણી બુદ્ધિ કસોટી ઉપર કસ નથી કરી શકતી ત્યારે આપણે એને ચમત્કાર માનીએ છીએ. અંકલેશ્વરના એક બાહોશ વક્રીલ મિત્રની મુલાકાત એક વખત થયેલી. સંત પુરોહીની વાત નીકળતાં તેમણે જણાવેલું કે એમને એક બંગાલી મહાત્માનો ભેટ થયેલો. મહાત્મા એવો ચમત્કાર બતાવે કે રાત્રિએ ચંદ્ર ખીલ્યો હોય તે વખતે પોતે ખુલ્લી ચાંદનીમાં બેસે. સામે ભક્તમંડળ-પ્રેક્ષક વર્ગ બેઠો હોય ત્યારે પોતાના શરીરને અદૃશ્ય કરી બતાવે. પ્રથમ અધુરું અંગ ન દેખાય, માત્ર મસ્તક દેખાય, અને પછી સર્વાંશે અદૃશ્ય થઈ જાય. કેટલીક મીનીટો પછી પાછા ફરી દેખાય !

‘વડીલ સાહેબની આ વાન સાંભળીને મને તો જરૂર આશ્ચર્ય થયેલું કે ચોક્કસ આ એક અલૌકિક ચમત્કાર જ મળ્યાય. પણ એમણે જ્યારે મને સમગ્રવ્યું ત્યારે સમજ પડી કે એ ચમત્કાર નહિ પણ તાંત્રિક ક્રિયા છે. નથી તેમાં મંત્ર કે સિદ્ધિ. કોઈ પણ મનુષ્ય થોડી રીત શીખી લે શરીરનાં હલનચલનની, તો તે પણ થોડી મીનીટો માટે અદશ્ય થઈ શકે.

‘એટલે પાનાચંદ્રભાઈ ! કેટલીક બુદ્ધિને અગમ્ય વસ્તુને આપણે ચમત્કાર રૂપે માની લેવી પડે છે, અને જ્યારે તે નમ્ર સત્ય રૂપે આપણને જણાય છે ત્યારે ભેદ ટળે છે.’

પાનાચંદ્રે કહ્યું : ‘વૈધરાજ ! લાંબી વાતે ગાડાં બરાય. હું તો તમને એક પ્રત્યક્ષ ચમત્કાર માટે વાત કરું છું. અમારા ગામમાં સવા મહિનાથી એક મહાત્મા આવ્યા છે. વ્યક્તિ તેજસ્વી છે. એમની વાતો તો જાણે મોતી વીણી લ્યો અને એવા જ એ નિર્લોભી છે. કોઈનીયે પાસે કોઈ માત્રે જ નહિ. પણ એવો એક એમનો ચમત્કાર છે બાપજી ! કે સારાએ ગામમાં બસ એક જ વાત થઈ રહી છે કે એ કોઈ દેવી પુરૂષ છે ! પચીસ પચાસ ભાવિક ભક્તજનો તો રાતદિવસ મહારાજ પાસે બેસી રહી સેવા કરે છે.’

‘પરંતુ એવો કયો ચમત્કાર તમે જોયો કે તમારા જેવા પાકા માણસ પણ બાધા જેવા બની જઈ ગુણ જ ગાયા કરે છે ? તમે તો પુરા ચાલાક છો.’

‘ચમત્કાર નહિ તો બીજું શું ? એ મહારાજ સવારસાંજ બે વખત પુરતું બોજન કરે છે અને તે પણ મિષ્ટાન્ન, દુધ, ફળ, સૂકા એવો, સારી રીતે લે છે. પરંતુ જળજી-સંકાસ જતા જ નથી. આજે લગભગ ચાલીશ દિવસ થયા આવ્યા, પરંતુ એક વખત પણ મળ્યા નથી. સવારનું રનાન પૂર્ણ કરી આસન લગાવ્યું તે લગાવ્યું.’

‘વાહ ભાઈ ! આ પણ એક અજગ વાત મળ્યાય. અમે નાના હતા ત્યારે માન્યુબટની મહાબારતની કથા સાંભળતા. બટજી કથામાં

કહેતા કે ભીમસેને શંકર પાસે એવું વરદાન માગેલું કે જમે ભીમસેન અને ઝાડે ફરે શકુની ! એ પછી તો કાષ્ઠ ઠેકાણે વાંચ્યું નથી કિંવા સાંભળ્યું યે નથી કે શરીરધારી મનુષ્ય સંપૂર્ણ બોજન લેતા હોવા છતાં તેને જાજર જવું ન પડે ! ' મેં આશ્ચર્ય વ્યક્ત કર્યું'.

‘ અને મારે સાથે એ પણ જણાવી દેવું જોઈએ કે મેં મારા સ્વભાવ પ્રમાણે મહારાજની ખૂબ છૂપી રીતે તલાસ પણ કરી છે. પાંચ દિવસ સુધી તો રાત અને દિવસ એમની ફરતો એવો પહેરો ગોઠવેલો કે એક સેકન્ડવાર મહારાજને મારી નજર બહાર નહિ રાખેલા. એથી જ મારે કહેવું જોઈએ કે મહારાજ જાજર જતા નથી. ’

‘ ચાલો, ત્યારે પાનાચંદલાઈ ! આપણે મહારાજનાં દર્શન તો કરીએ. આવા ચમત્કારિક પુરૂષનાં દર્શન પણ ક્યાંથી ? આપણી સાથે બે ચાર મિત્રોને પણ લઈ લઈએ. ’

અને અમે તૈયાર થઈ મહારાજ જે શિવાલયમાં ઉતરેલા ત્યાં ગયા. પચીસ ત્રીસ માણસના વર્તુલમાં અલમસ્ત શરીર, કાળી બીંગાર દાઢી, લટુરીઆવાળી જટાવાળા એ ચમત્કારિક મહાત્માજી પદ્માસન લગાવી બેઠેલા. છતાં એ મહારાજની ચક્રો આંખો, આવનાર, જનાર અને બેસનાર ઉપર એક ચક્રર લગાવી શાંત થઈ ઢળી જતી. મહારાજ પુરા દેહકરમી. બોલવાની છટા પણ અજબ. પૈસાને અડકે નહીં, ‘ માછ લોક ’ને પાસે આવવા દે નહીં. પણ મને તેમની આંખો વિચિત્ર લાગી. ઘણાં સંત પુરૂષોનાં દર્શન કરેલાં, એમની આંખો અને આ આંખોમાં બેદ લાગ્યો. મેં ‘ધાર્યું’ કે મારી જીભ થતી હશે. પણ મને સ્પષ્ટાનંદનું કાવ્ય યાદ આવ્યું :

‘ બગલા બોલન મુખસેં,

મચ્છી છંક હું બીર,

સંધ્યાવંદન કરત હું, મત ખડી રહો તીર;

મત ખડી રહો તીર, અસૌકિક રીત હમારી,

મત પાડો તન છાંય,

હમ હૈ નૈંશ્ચક અહાચારી !

દાખત અહ્મદ, કશુક બિંચત દ્રગ ખોલત,

મચ્છી છંડ હું ભીર, મુખસે અગલા ખોલત !

મહાત્માની આંખની ઉઘાડવાસે મને અહ્મદના કાવ્યે ચેતાવ્યો. પરંતુ આવા ચમત્કારિક સંત પુરૂષ માટે ખરાબ વિચારો કરવા એ પણ એક પાપ તો ખરું જ ! જો કે મારું મન મહારાજની આંખોને ન ભુલતું. એ ખૂની-ભયાવહ આંખો ગુન્હેગારની કેમ ન હોય ? પણ એ જાનરૂ નથી જતા તેનું શું ? એ પણ ચમત્કાર !

અરધો કલાક મહારાજ પાસે બેસી અમે ઉઠ્યા. પાનાચંદભાઈ ઘેર જવા જુદા પડ્યા. મેં કહ્યું : ‘ પાનાચંદભાઈ ! આજે રાત્રે તો આવજો. આપણે બન્ને એકાંતમાં બેસી થોડી વાતો કરીશું. ’

અને પાનાચંદ રાત્રે આવ્યા. આજે બેસવા આવનાર ભાઈઓને બહાનું કાઢીને વહેલા વિદાય કર્યા અને અમને એકાંત મળી.

‘ પાનાચંદ ! સાચું કહેજો, આ મહારાજને માટે તમારી ધારણા શી છે ? ’ મેં પ્રશ્ન કર્યો.

‘ આપણ ! મારી ધારણાની તો વાત જ ન પૂછશો. મને તો જીંદગીમાં એવી શીખામણ મળી છે કે હું તો બધાથે સાધુબાવાઓને શંકાની નજરથી જ જોયા કરું છું. આવા જ એક મહાપુરૂષ મને ૨૦ તોલા સોનાની મોકાણુ બેસારી છે, આપણ ! ’

‘ એ શી રીતે ? ’ મેં પૂછ્યું.

‘ એક મંગળ પ્રભાતે કાણુ જાણે ક્યાંથી એક દિગંબર અહીં આવી ચઢ્યા. તેમની સેવા કરવા માંડી. રાજ આપણને જમાડું, સુકો-ગાંબે આપું, કપડાં લાવી આપ્યાં, ચહાપાણી. વઝેરની સેવાથી મહારાજ મારા ઉપર પ્રસન્ન થયા અને ઓચર્યા :

‘ પાનાચંદ ! તુમ બડા ભક્ત લોક હૈ. સાધુ સંતકી તુમ બહોત સેવા કરતે હૈ. ઇસ લીધે મેરી ઇચ્છા હૈ કિ તેરી સેવાકા કુચ્છ ફલ

દેના ચાહીએ. જો બચ્યા ! તેરી પાસ કુચ્છ થોડા બહોત સોના હો તો ગુરૂપાસે મેરી પાસ એસી જડીભુટ્ટી હૈ કિ એકકા દશગુના સોના બનતા હૈ. ’

‘ મારાં તો નસીબ ખીલી ગયાં. ઘણા વખતથી સતોની સેવાનું ફળ આજે આવી મળ્યું નીચી ગ્રાહકોનું ઘડવા આવેલું સોનું ભાંગી-તોડી ગાળી, એકંદર વીશ તોલા સોનું હું લઇ ગયો. ગ્રાહકોનું હોય કે મારું, પણ મને ફિકર શી હતી ? ધડીના છઠ્ઠા ભાગમાં ૨૦ તોલાનું બસો તોલા સોનું થવાનું હતું. એટલે સોનાની ચિંતા રાખવા જેવું શું હતું ?

‘ આ જ મહાદેવમાં એ બાપજી ઉતરેલા, અને એ જ ઠેકાણે મારું દશગણું સોનું બનાવવાનો પ્રયોગ થયેલો.

‘ અમારે એ પ્રયોગ રાત્રે એકાન્તમાં કરવાનો હતો. મારી પાસે એક બે ખાર મંગાવેલા, એક રેશમી કપડું મંગાવેલું, અને ખીજી જડીભુટ્ટી એમને લાવી રાખવાની હતી.

‘ રાત્રિના દશ વાગ્યા, માણસોની અવરજવર બંધ થઇ. હું સઘળી સામગ્રી સાથે લઇને ગયો. વીશ તોલાની લગડી પણ લાલ કાગળમાં વીંટાળી ખીરસામાં મૂકીને સાથે લીધેલી. વળી ખીજે લાલ કાગળ વધુ પણ સાથે લઇ ગયેલો. કારણ કે બસો તોલા સોનું વીંટાળવા ટુંકો કાગળ કામ ન લાગે.

‘ મહારાજ મારી વાટ જોઇને જ બેઠા હતા. ‘ આઓ બચ્યા ! બહોત દેર કીયા ? ’ ‘ હા બાપજી, થોડી વધુ વાર લાગી, પણ વખતસર જ પહોંચ્યો છું. ’ ‘ કુચ્છ ફિકર નહિ, તૈયારી કર લો. ’

‘ બાપજીના આસનથી અઢી હાથ દૂર એક ખાડો ખોદવાનું મને કહ્યું. એક હાથ ઉંડો ખાડો ખોદ્યો. બે રામપાત્ર (માટીનાં વાસણ) હું સાથે લઇ આવ્યો હતો. તેની અંદર મહારાજે જડીભુટ્ટી નાંખી, વનસ્પતીનાં પાંદડાં નાંખ્યાં, અને મારા હાથે વીશ તોલા સોનાની લગડી મુકાવી. ઉપર ફરી વનસ્પતિ મૂકી. ખીજાં રામપાત્રને એના

ઉપર ઉંધું વાળી ઉપર રેશમી કપડું બાંધી, માટી ભીંજવવા પાણી લેવા માટે એ સંપુટ નીચે મૂકીને હું ડોલ લઇ આવ્યો અને એ સંપુટના ફરતી માટી લગાવી ગોળ દડો બનાવ્યો. મહારાજ બતાવતા જ્યાં તે પ્રમાણે સઘળી ક્રિયા મારા હાથથી જ કરી. પછી ખોદેલા ખાડામાં સંપુટ મૂક્યું. ઉપર માટી પુરી અને બરાબર જમીન જેવી જમીન બનાવી.

‘એના ઉપર ટાટ પાથરી પથારી કરી મારે પોતાને જ ત્યાં સુવાનું હતું. કારણ કે બાર કલાકની અંદર સોનું દશગણું થવાનું હતું. ક્રિયા બધી મારા હાથથી થયેલી. ગાળો પણ મેં જ બનાવ્યો અને મારી પાથારી નીચે દાટ્યો. એટલે છેતરાવાનો ભય જ નહોતો, અને એવા પરોપકારી સાધુ પુરૂષો છેતરે જ શાના ?

‘મહારાજ એમના આસન ઉપર સૂતા અને મેં સોનાવાળા ખાડા ઉપર અડ્ડો જમાવી એવો નિશ્ચય કરેલો કે જરીએ ઉંઘવું જ નથી.

‘થોડી વાર તો અમે સૂતાં સૂતાં વાતો કરી અને કોણ જાણે કેમ પણ મહારાજને વહેલી ઉંઘ આવી. એમણે નસકોરાં બોલાવવા આંડયાં પણ મારો તો નિશ્ચય હતો કે ઉંઘવું જ નહિ. લગભગ બે વાગ્યા સુધી તો નિદ્રાદેવીએ મનઃઈ ન કરી. પણ પછી તો સૂતાં સૂતાં આંખો ઘેરાવા લાગી અને મને પોતાને મારા ઉપર રીસ ચઢી. ઉઠીને ડોલમાંથી આંખોમાં પાણી છાંટ્યું અને પાછો સૂતો. પણ જ્યાં આંધાં કલાક થયો ત્યાં આંખો તો રોકવા છતાં બીડાઇ જાય. ફરી પાણી ચોપડ્યું—આજસ બાધી, બગાસું બાધું અને સોપારીનો દુકડો ખોદામાં નાંખ્યો, પણ કોણ જાણે ક્યારે હું અંતરધ્યાન થઇ ગયો !

‘સહવારના સાત વાગ્યા હશે. મહારાજની બિજાનદેલીની ઝોળીમાં લોટ હોય કે ગોળ હોય, પણ રેડું બાળી બે કૂતરાં ખાવા માટે લડી પડ્યાં અને હું જ્યારે તેમની હડફેટે ચડ્યો ત્યારે મારી આંખ ઉઘડી. મને મારી સ્થિતિનું જ્ઞાન થયું. પણ હજી બાર કલાક પુરા થયા નહોતા. હજી બે ત્રણ કલાકની વાર હતી. એટલે ખાડો ખોલાય

નહિ, ઉતાવળ કરવાથી કાચું રહી જાય. પણ મહારાજ ક્યાં ? વખતે નિત્યકર્મ કરવા નહીંએ ગયા હોય તો ના કહેવાય નહિ. ’

‘ ખનામંદબાઇ ! પછી શું બન્યું ? ’ મેં સવાલ કર્યો.

‘ બાઇ ! એ જ હું કહું છું. આપણા લોકોની જેટલી જગાસા-જૂતિ છે તેટલી અહ્યુક્તિ નથી એ જ મોટું દુઃખ છે. જરાક કોઈ ગામમાં નવીન આવ્યું કે લોકો જાણે ટાળે મળીને તેનાં વખાણુ કરવા લાગી જાય. ન જુએ તેલ કે ન જુએ તેલની ધાર.

‘ બોલી મચ્છી જાય કે ઘર ઘર ક્ષો સુનાય,
અપને પનધટ સિદ્ધ કોઇ બેઠો ધ્યાન લગાય,
બેઠો ધ્યાન લગાય, ચલો દરજન કું જામ્યે,
મહાપુરુષ કે ચરણુ-પરસ કરી અતિ સુખ પામ્યે,
દાખત ધ્વજાનંદ નહિ પતર અરૂં જોલી,
ઘર ઘર ક્ષો સુનાય જાય કે મચ્છી બોલી. ’

‘ અરે, પણ લોકોના માનસની શીલસુરીમાં તમે ક્યાં ઉતરી પડો છો ? હું તો ખૂંધું છું કે પેલા તમારા દશમણું સોનું બનાવવાના પ્રયોગનું શું થયું ? મુદાની વાત કરોને. ’ મેં સીધે માર્ગે લાવવા ટકાર કરી.

‘ સોનાનું શું થયું ! થયું એમ કે મહારાજ તો જાણે તેમનાં બોળી, લોટો, વસ્ત્રો, પગની ચાંખડી એ બધું એમનું એમ છોડીને ગયેલા, એટલે મને થયેલું કે તેઓ નિત્યકર્મ કરવા ગયા હશે. હું મોટો ઉકયો એમાં એમનો દોષ પણ શો ?

‘ અને મારાથી સ્થાન છોડીને આધું પાધું ખસાય પણ નહિ. કારણ કે પ્રયોગના પરિપાકને જે ત્રણ કલાકની જ વાર. તેમાંય સમજે કે વીણ તોલા સોનું તો હવે રહ્યું નહોતું. બસો તોલા સોનાનો સવાલ. એટલું બધું સોનું રામભરોંસે ચકી એ મહારાજની શોધમાં રૂ ઇંતેજરીમાં આધું પાધું ખસાય કેવી રીતે ?

‘ દિવસ ચઢતો ગયો. મહારાજની આવવાની રાહ હું તો કાગા-
ડોળે જોતો સુકાવા લાગ્યો. ઘેર પણ ઐરાં છોકરાં હડીએ ચઢેલાં અને
મારી ગોતાગોત થઇ રહેલી.

‘ બાર કલાકમાં હજી એકાદ કલાક ખુટતો હતો, મહારાજ પણ
આવ્યા નહોતા. પણ જો કોઇ નવતર આવી ચઢે તો બીજાની રૂબ-
રૂમાં ખાડો ખોલવો એ પણ ઉપાધિ. એમ ધારીને મન અધીરું બની
ગયું. બહે બસો તોલામાં એકાદ બે તોલા સોનું ઝોણું રહી જમ,
પણ ખાડો ખોદી માલ તો કબજે કરી લેવો. એમ નિશ્ચય કરીને
મેં તો માંડ્યો ખાડો ખોદવા. કીસ્મતે પણ જોર આવેલું. હાથ પણ
મારા એવા ચાલે કે ન પૂછો વાત. ધબકતે હૈયે ખાડો ખોદો ને
અંદરથી સંપુટ કાઢી ઉતાવળે હાથે કપડું છોડી ઉપરથી રામપાત્ર લઇ
અંદર જોઈ ત્યાં.....

‘ સાધુ સત પંથે ગયા, સુવર્ણ લે ગયા સંગ,
રામપાત્ર દો રહ ગયા, દેખ હુ પાનાચંદ.....!’

‘ વાહ ? પાનાચંદભાઈ ! તમે શિવકવિ તો ખરા, હો ! રામપાત્ર
ખોજતાંની સાથે જ આ કવિતા તમે બનાવી કાઢેલી કે ? ’

‘ અરે વૈધરાજ ! જવા દોને વાત ! મારી મુખાઈ ઉપર પછી
તો હું ખૂબ રડ્યો. મારી ક્યાં ગફલત થઇ તે પણ પછી મને યાદ
આત્યું. પરંતુ એ રાંડયા પંજીનું ડહાપણ હતું, ભાઈસાહેબ ! આ
વર્ષો સુધી લોકોનું સોનું ધડવામાં, રતી-વાલ, રતી-વાલ કરીને ઐરાં
છોકરાંનાં ઘરેણાં તૈયાર કરેલાં, તે બાવો-મારો ખેટો એક દિવસમાં
ધા મારી ગયો ! પછી તો હું ઘેર આગ્યો. પણ આ દુઃખ કોને કહે-
વાય ? ધરનાં બધાંય ઘરેણાં લાવી, ગાળીને લોકોને વખતસર ઘાટ
જોખી આપવા પડ્યા, અને અત્યારે આપના સેવકના ઘરમાં બધાંય
એ મહાપુરૂષના પ્રતાપે ઘોળા મૂળા જેવા કોરા કટ ફરે છે, તે હજી
કશ વળતી નથી. ’

‘પણ પાનાચંદ ! મને લાગે છે કે તમે પેલો સંપુટ મૂકીને પાણીની ડોલ લેવા ઉઠ્યા તે જ વખતે એવો જ સંપુટ તેણે તૈયાર રાખેલો તે બદલાવી લીધેલો હોવો જોઈએ.’ મેં પાનાચંદની બૂલ જણાવી.

‘જરૂર એમ જ, મને પણ પાછળથી એ બૂલ સમજાઈ હતી. પણ હવે થાય શું ?’

‘ખીજું તો શું થાય ? પણ લોકોને તમારા જ્ઞાનના અનુભવથી વાકેફ કરતા રહો તો તેઓ ખીજા કોઈના ફંદામાં ફસાય નહિ.’

‘અરે ભાઈ ! હું તો જે મજા તેને કહું છું કે જોજો ભાઈ ! આ મહારાજનો ગમે તેવો ચમત્કાર છે, પણ ફસાતા નહિ. તે જાજર જાય ના ન જાય એથી આપણને શી લાજલાનિ છે ? પણ કોઈ આ મહારાજનો વિશ્વાસ કરશે નહિ.

‘પરંતુ દુનિયા ખીજના અનુભવથી માને તેવી નથી. ઠોકર વિના સમજણ નથી આવતી. મને ઠોકર વાગી છે, એટલે આપણે તો હવે છેટેથી જે જે કરીએ છીએ. જરાક કોઈ બાવો કામીયાની કે સિદ્ધિની વાત કરે એટલે આપણે તો તેને નવ ગજના નમસ્કાર કરીને છેટે જ ભાગીએ છીએ.’

‘પાનાચંદ ! ખરેખર તમારો અનુભવ વીશ તોલા સોનું ગુમાવીને પણ ઉપયોગી તો બન્યો છે જ. પરંતુ આ મહારાજના ચમત્કારની ધુંધ આપણે ઉકેલવી જ પડશે. માફ દિલ નથી માનતું કે સંતપુરૂષો આવી સિદ્ધિ બતાવતા હોય. આ તો કોઈ બડો અઠંગ હાહોળીર છે. એની ભયંકર આંખોમાં નરી લૂચાઈ ભરી છે, એ તમને હું ખાત્રીપૂર્વક કહું છું. માટે જરૂર કાંઈક બેદ છે.’ મેં તેને કહ્યું.

‘ભાઈ સાહેબ ! બેદ તો હું પણ કહું છું કે હશે. પણ એ શોધવો શી રીતે ? અનુમાને જેટલી કદપના કરી એટલી બધી રીતે અમે ફરી વળ્યા. પણ ક્યાંય બેદનું દાર હાથ લાગતું જોઈએ ને !’ પાનાચંદે નિરાશા વ્યક્ત કરી.

‘ જુઓ, આવા કાર્યમાં નાસીપાસ થવાથી ખરી શોધ થતી નથી. હવે એક કામ કરો. હું પૂછું તેના બરાબર જવાબ આપતા જાઓ. કારણ કે તમે એ મહાત્માની આખી દિનચર્યા અને રાત્રિ-ચર્યાનો અભ્યાસ કર્યો છે. ’

‘ બરાબર, બરાબર. ’

‘ કહો, મહાત્મા ક્યાં રહે છે ? ’

‘ મહાદેવમાં. ’

‘ કોઇ ભક્તને ઘેર જાય છે ? ’

‘ ના. ’

‘ જમે છે ક્યાં ? ’

‘ મહાદેવમાં જ. ’

‘ તે રસોઈ બનાવે છે ? ’

‘ ના, લોકો તૈયાર થાળી લાવે છે. ’

‘ સૂવે છે કયે સ્થળે ? ’

‘ એ પણ મહાદેવમાં જ. ’

‘ એકલા સૂએ છે ? ’

‘ નહિ, ગામના પાંચ-દશ જાણુસો કાયમ તેમની પાસે સૂએ છે. ’

‘ ઉઠે છે ક્યારે ? ’

‘ પાંચ વાગે. ’

‘ પછી તે શું કરે છે ? ’

‘ પહેલાં તો દાતણ કરે છે. ’

‘ પછી ? ’

‘ પછી સ્નાન. ’

‘ ક્યાં, મહાદેવમાં ? ’

‘ નહિ, તળાવમાં. ’

‘ તળાવ પર નહાવા એકલા જાય છે ? ’

‘ નહિ, પાંચ દશ ભક્ત-ભક્તાણીઓ સાથે હોય છે. ’

‘ એ ભક્ત-ભક્તાણીઓ તેમની સાથે સ્નાન કરવા તળાવમાં પડે છે ? ’

‘ હા, પણ મહાત્મા એમને કાંઠે રાખી તળાવના છેક મધ્યમાં સ્નાન કરવા જાય છે અને ત્યાં તરતા તરતા પા કલાક સ્નાન કરે છે. ત્યારપછી પાછા ફરે છે. ’

‘ દરરોજ છેક તળાવની વચ્ચે નહાવા જાય છે કે ? ’

‘ હા જી, એમનું કહેવું છે કે કાંઠે અનેક મનુષ્યનું સ્પર્શ કરેલું જળ પવિત્ર હોતું નથી, એટલે છેક મધ્યમાં જઈને પોતે સ્નાન કરે છે. ’

‘ વારૂ, તે પછી તેઓ કપડાં પહેરી મહાદેવમાં આવી આસન જમાવે છે અને તે પછી ઉઠતા જ નથી, એમ જ ને ? ’

‘ હા, એમ જ. ’

‘ ઠીક ત્યારે પાનાચંદ્રભાઈ ! હવે કાંઈ પૂછવાનું નથી. પણ તમે તળાવમાં પડીને એ પવિત્ર જળમાં તરતા તરતા સ્નાન કરવા મધ્યમાં નથી જતા ? ’

‘ ના ભાઈ, મને તો તરતાં જ આવડતું નથી. એટલે તળાવમાં જાનો પડું ? ’

‘ ત્યારે આ ગામમાં કોઈને તરતાં આવડતું નહિ હોય ? ’

‘ અરે, એમ હોય સરકાર ! ગામમાં તો ઘણા સરસ તરવૈયા છે. ’

‘ ત્યારે પાનાચંદ ! અત્યારે તમે ઘેર જતાં જતાં એક તરવૈયાને કહેતા જાઓ કે સવારે પાંચ વાગે તે મારી પાસે આવે. ’

રાત બહુ ગએલી એટલે પાનાચંદને વિદાય કર્યા. શુન્યવાતા મને પાનાચંદ વિદાય તો થયા; પણ એમને કંઈ મારી વાતો અને પૂછ-પરછમાં બહુ સ્વાદ ન આવ્યો અને એમને લાગેલું કે આ વૈધ તો નકામી માયાફાંસ કરે છે.

પાનાચંદ્રે મોકલેલા તરવૈયાને લાઇ સ્થવારે પાંચ વાગે તળાવ ઉપર સ્નાન કરવાનો મુખ્ય ઓવારો છોડીને અમે જુદા જુદા ઉત્તર દક્ષિણના તળાવકિનારે તૈયાર થઇને જ બેઠા. જોડીદારને કેટલીક સૂચનાઓ મેં આપી મૂકેલી.

મહાગજ તો મંડળી લઇને સ્નાન કરવા આવ્યા, અને અમે પણ વસ્ત્ર બદલી તળાવમાં પડી મધ્ય તળાવથી થોડે થોડે દૂર બેઠે આજી તરવાનું શરૂ કરી દીધું. નિત્યનિયમ પ્રમાણે એ મહાત્મા સ્નાન કરવા તળાવમાં પડ્યો ને તરતાં તરતાં મધ્ય તળાવે પહોંચ્યો. બન્ને આજીથી ધીરે ધીરે એની નજર ચુકાવીને અમે પણ આગળ વધ્યા. અમે તેની નજીક પહોંચીએ તે પહેલાં તો એ ચમત્કારી મહાત્માએ મધ્યજળમાં જ હાજત પુરી કરી દીધેલી, અને એનો હાજતનો મળ પાણી ઉપર તરતો જોઇને અમે પાછા ફર્યા.

વસ્ત્ર બદલી ઘેર પાછા ફરતાં પહેલાં તો પાનાચંદ્રે ક્યારના ય અમારી રાહ જોઇને ઘેર તૈયાર બેઠેલા. અમને જોયા કે પાનાચંદ્રે પ્રશ્ન કર્યો.

‘કેમ લાઇ ! શા નવીન સમાચાર ?’

‘નવીનમાં તો બીજું શું હોય, પાનાચંદ્ર ! પણ તમારા મહાત્મા તળાવનું પાણી બ્રહ્મ કરે છે.’

‘એટલે ?’

‘એટલે એમ કે તે પોતાના ચમત્કારને નિભાવવા ખાતર તળાવની મધ્યમાં મળત્યાગ કરે છે !’

‘હે ! ત્યારે હવે શું કરવું ?’

‘કરવું એટલું જ કે એમને તળાવમાં સ્નાન કરવા ન જ નવા દેવા.’

‘બહુ મગ્નનું. એ માફ કામ.’ કહેતાકે પાનાચંદ્રે ઉપડ્યા અને અરથો કલાક નહિ થયો હોય ત્યાં તો પાછા ફર્યા.

‘ વૈદ્યરાજ ! મહારાજ તો વિહાર કરી ગયા ! ’

‘ ક્યારે ? ’

‘ સ્નાન કરીને પાછા ફરતી વખતે પરબાર્યા. ’

‘ ત્યારે તો જરૂર એને પણ આપણી શોધની ગંધ આવી ગયેલી. અને આભુથી તરતા તરતા અમે એમની મળત્યાગની જગ્યાએ ગએલા અને એમણે એ જોયેલું ખરૂં. પોતાની કરામત પકડાઈ ગયેલી જાણીને જ એ ગમ્મચ્છન્તિ કરી ગયા. સારૂ થયું પાનાચંદ ! નહિતર ગામમાં એ કોઈક ભારે મોકાણુ જરૂર મંડાવત. ’

‘ ભગવાને યચ્યાવ્યા આપજી ! વૈદ્યરાજ ! ત્યારે શું દુનિયામાં કોઈ સત્ય વસ્તુ નહિ જ હોય ? અથવા જ આવા ધર્તીંગીયા હશે ? ’

‘ એમ હોય કે ? પણ આત્મલક્ષી સાચા સતપુરૂષો પડ્યા છે અને જેઓ સ્થિતપ્રજ છે તેમને માટે ચમત્કાર એ બહુ મોટી વસ્તુ નથી. કારણ કે અણીમા, મહિમા, ગિરિમા, પ્રાપ્તિ, પ્રાકાશ્ય, અસિત્ત્વા વગેરે જેવી અષ્ટસિદ્ધિઓ તો તેમને વરી ચૂકી છે. પરંતુ રાગના કુંવરની વાધરીના સવાણુમાં ભરેલા, માગી લાવેલા એઠવાડ તરફ જેમ નજર જતી નથી તેમ આવા સતપુરૂષો એ સિદ્ધિઓ તરફ નજર પણ કરતા નથી. માત્ર ક્યારેક કોઈ મુમુક્ષુને ભગવદ્દ્રાપ્તિ તરફ ખેંચવા માટે યોડો સાચો ચમત્કાર બતાવે. પરંતુ અગાઉ હું કહી ગયો છું તેમ તેમાં તેમનો સ્વાર્થ, દંભ, કે મોટાઈ બતાવવાની જરાએ ધમ્મજા હોતી નથી. માત્ર હોય છે સતપુરૂષની વિભૂતિ પરોપકાર અર્થે. ’

ભાઈ શ્રી નિગ્મનંદ ! ચમત્કારની પાછળનાં રહસ્યો આવાં હોય છે. એટલે કોઈ પણ ચમત્કાર જોઈને મુગ્ધ બની જતા પહેલાં તેનો બેઠ ઉઠેલવા યત્ન કરવો અને આંધળી શ્રદ્ધાથી ફસાવું નહિ.

(૭૪) શ્રીયુત આશાવાદી—લીંબડી

તમને લક્ષ ક્યાં ચાર વર્ષ વીતી ગયાં પરંતુ તમારાં પત્નીને પ્રજા થતી નથી, તેનું કારણ અને ઉપાય માગો છો :

પ્રથમ તો એ વિચારવા જેવી વાત છે કે માત્ર ચાર વરસના ગાળામાં જ તમે આટલા ચિંતાતુર થઇ શકો છો ? શારદા એકદમ મુગ્ધ તમારી પત્નીની ઉંમર ચૌદ વરસની હોય ત્યારે તમારાં લક્ષ મયાં તેના ઉપર ચાર વરસનો માગો વીની જાય એટલે પત્નીની ઉંમર હાલે અઢાર-ઓગણીશ વરસની થઇ હોય. એટલે માતૃત્વને યોગ્ય તો એ હજી હવે બને છે, એટલામાં આપને બાળકોની ભૂખ આટલી શકે લાગી ? અને આપ શકો માની બેઠા કે એને પ્રજા નહિ થાય ?

ધીરજનાં કુળ મીઠાં-એ આપણા દેશની જૂની કહેવત આપના ધ્યાનમાં હશે. એટલે બાપ ! ધીરજ રાખો અને પત્નીને માટે ચિંતાતુર ન બનો. બાળકો નહિ થયા લાયક તેને માનતા પહેલાં આપ પોતાને માટે પણ જરાક વિચાર કરી જોજો. આપણો સમાજ વાંઝીયાપણાના દોષો કેવળ સ્ત્રીને માથે મૂકે છે, અને છેવટ સુધી સ્ત્રીને દોષિત ગણી પ્રજા નહિ થવાને કારણે બીજી અને ત્રીજી ઉપરાઉપર કરે છે, છતાંયે પ્રજા નથી થતી તો પછી એકાદ વખત પાછું વાળીને જોવામાં નથી આવતું કે પ્રજા નહિ થવાનું કારણ પુરૂષ કેમ ન હોય ?

છોક ઉગવા માટે જેટલી ક્ષારરહીત ભૂમિની જરૂર છે તેટલી જ શુદ્ધ, સળ્યા બળ્યા વગરના ખીજની પણ છે. ભૂમિ શ્રેષ્ઠ હોય પણ સડેલું કે બળેલું ખીજ વાવવામાં આવે તો પણ તેનો છોક ઉગતો નથી. એટલે ન્યાય તો તેને કહી શકાય કે બન્નેની યોગ્ય તલાશ

થતી જોઈએ. અને જો ખામી હોય ભૂમિમાં તો તેને સુધારી ચોગ્ય બનાવવી જોઈએ, બીજા બગડેલું હોય તો તેને પણ સુધારવું જોઈએ.

પૃથ્વી અને સૂર્ય વાંઝણી નથી, જો જન્મવંધ્યાને બાદ કરીએ તો.

એટલે-આપને બરાબર બેઠીની તપાસ કરાવ્યા પછી પાત્રીનો જ દોષ જણાતો હોય અને માસિક અટકાવ વખતે દર્દ સાથે અટકાવ આવતો હોય તો તેમને ચંદ્રપ્રજ્ઞાની નિયમિત બંધે ગોળી સવાર સાંજ આપો. સાત્ત્વિક આહાર કરવો. ત્રણ મહિના બંને જણાં બ્રહ્મચર્ય પાળો અને ચોથા મહિને રજસ્વલા થયાના ચોથા દિવસે મીઠળતો બૂકો એક આનીબાર સાકરના શીરા સાથે ગળાવો. ઉપર ચાર શીવલીંગનાં બીજ એકરંગી ગાયના દુધ સાથે ગળાવી, મન દૃઢ કરી, નિશ્ચય સાથે સાત્ત્વિક બુદ્ધિથી અને પ્રજ્ઞાની ધૃષ્ટાએ સમાગમ આદરવાથી આશાતીત લાભ થશે.

*

(૭૫) એક દર્દી-વડોદરા

તમને માલુમ તો હશે કે કોઈને ય પૂરા નામકામ ઠેકાણુ સિવાય જવાબ આપવામાં આવતો નથી. એટલે તમોને પ્રત્યુત્તર મળે નહિ. છતાં તમારા વ્યાધિ માટે તમે ‘ રમે વહેમાતા ’ પુસ્તકમાં ખાસ રોકેલાં પ્રમેહ, સ્વપ્નદોષ અને નપુંસકતાનાં પ્રકરણો બરાબર વાંચી જાઓ. તેમાં સાચી સલાહ, સૂચના, ઉપાય અને માર્ગદર્શન કરાવેલ છે.

*

(૭૬) શ્રીમાન એસ.-મુંબઈ

વજન નહિ વધવાનું કારણ અને ઉપાય માગો છો:

શરીરની ઉંચાઈ પ્રમાણે વજન પણ હોવું જોઈએ એમ પાશ્ચાત્ય વૈજ્ઞાનિકો માને છે. હવે તમારા લખવા પ્રમાણે શરીરમાં કોઈ રોગ નથી તો પછી શરીર શા માટે ન ખીલે ? તેનાં બે કારણ હોઈ શકે: (૧) શરીરને પૌષ્ટિક અને સંવર્ધક ખોરાકનો અભાવ. (૨) શરીરમાંથી ઉપયોગી ધાતુનો ક્ષય. આ બે કારણો હોય તો જ વજન વધતું નથી.

પ્રથમ તો મુંબઈ જેવા શહેરમાં સાધારણ ધંધાર્થી કે નોકરીયાત માણસને પુરો સત્ત્વવાળો પૌષ્ટિક ખોરાક જ નથી મળતો. ઘણા પદાર્થ બેળસેળવાળા, સત્ત્વ હરાઈ ગયેલા હોય છે. દુધ, ઘી, મલાઈ, માખણ, મેવો, જે ખાસ કરીને વજન વધારવામાં પૌષ્ટિક તરવે પુરાં પાડે છે એ જ પદાર્થો સાચા મળી શકતા નથી અને સાશ સાચા મેળવવામાં જેટલો પૈસો ખર્ચવો જોઈએ તેટલો મધ્યમ વર્ગના મનુષ્યો પાસે હોતો નથી.

ઘણાંય માણસોને માટે જોયું છે કે તેઓ મુંબઈ, કલકત્તા જેવા શહેરને છોડી, ગામડામાં એકાદ બે મહિના રહી આવે છે, તો રાતી રાયણુ જેવા અને તાજાં લોહીએ તસતસતા તથા વજન વધારી આવેલા જણાય છે. તેનું કારણ ગામડામાં મોજમજાહ નહિ, પણ બેળસેળ વિનાના સાચા તાજાં ખોરાક અને શુદ્ધ પ્રાણવાયુથી ભરપૂર હવા હોય છે તે જ છે.

શહેરી જીવન શરીર સુકવે છે એટલું જ નહિ પણ મૃત્યુને વહેલું અને નજીક લાવે છે તથા વિવિધ વ્યાધિને નિપજાવે છે. પરંતુ એ જાણવા છતાંયે હજારો નહિ, લાખો માનવીઓની રોટી શહેરોમાં સરખાય છે અને એ યાતનાઓ સહન કરતાં છતાંય તેઓ જીવનમાં આનંદ માને છે.

એટલે આપને સલાહ એ છે કે ચાર છ મહિના ગામડાની આબોહવામાં અને સીધા સાદા ખોરાકમાં જઈ આવો. કોઈ દવાની જરૂર નથી. એથી ચોક્કસ વજન વધશે અને સર્વ વાતે સાફ થશે. તમારા આંતરડાં સફતાં નથી કે બગડ્યાં પણ નથી. તમને એ મહાશયે ખોટો વહેમ ભીડાવ્યો છે. એની જરાએ ચિંતા કરશો નહિ.

*

(૭૭) જે. પાસા-ધોરાજી

તમારા પ્રશ્નોના અનુક્રમે ઉત્તર નીચે મુજબ છે:

(૧) ખટાશ કેટલી ખાતી:

ખીજ ખારા, તીખા, ગળ્યા, વગેરે રસો સ્વાદની ખાતર જેટલા દાળ શાકમાં નાંખવામાં આવે છે તેટલી જ ખટાશ જે જોષ વિચારીને નાંખવામાં આવે તો ખાસ વાંધો નથી. પરંતુ ખાસ રૂચી પેદા કરવાને માટે આંબલી, ફેરીનું અથાણું, કાતરાની ચટણી, લીંબુની ખટાશ, વગેરે દ્વારા ખોરાકમાં અતિશય ખટાશ ખાવાથી એસીડીટી વધી જાય છે. ક્યારેક તેમાંથી અગ્નિપિત્તનો વ્યાધિ થાય છે અને ક્યારેક શરીર ઉપર ખસ, ખુજલી, ફેલી, ફેલાઓ થઈ આવે છે. માટે અત્યંત ખાટા, અત્યંત ખારા, તીખા, વગેરે સર્વ રસો વધુ પડતા નહિ ખાવા જોઈએ.

સાત્ત્વિક પદાર્થો ધી, દુધ, વગેરે પણ પ્રમાણસર ખાવામાં આવે તો જ શરીરને પૌષ્ટિક તત્ત્વો પુરાં પડે છે. તેનું વધુ પ્રમાણ-ધવાથી એવા પદાર્થો પણ રોગ ઉત્પન્ન કરે છે, ત્યારે આંબલી જેવા પદાર્થો નુકસાન કરે તેમાં શું આશ્ચર્ય ?

(૨) આપના નાના ભાઈના લકવા માટે આપ ઉપચાર પુછાવો છો. ભાઈ લકવો એ એક વિચિત્ર અને બહુ બગાળ વ્યાધિ છે. તેવા વ્યાધિમાં ખાસ નિદાન અને નિષ્કૃય સિવાય ચોક્કસ દવા ખતાવી શકાય નહિ, માટે તેને આપ સારા વૈદની રૂબરૂમાં લઈ જાઓ, ખતાવો અને તેમની દ્વારા તેની સારવાર કરો.

*

(૭૮) ઉપા-સેતલવાડ

બહેન, આપનો પત્ર મળ્યો. શીતળાનાં ચાંદાં આપના મોઢા ઉપર બાલ્યાવસ્થાનાં રહી ગયાં છે એ અત્યારે યુવાવસ્થામાં આપને અહુ ખરાબ લાગે છે. તેને મટાડવા આપ ઉપાય માગો છો અને જોને માટે જેટલું ખર્ચ થાય તે પણ કરવા તૈયાર છો.

મારા અનુભવ પ્રમાણે આ ચાંદાં જો શીતળા નીકળી ગયા પછી તુરત સારવાર અને ઉપચારથી નાબૂદ કરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે તો તે સહેલાઈથી નાબૂદ થઈ જાય છે, અને જે સાધારણ ચાંદાં એ ઉપાયો કરવા પછી રહી જાય છે તે યુવાનીનો કાળ આવતાં નવું લોહી શરીરમાં ભરાય છે ત્યારે તદ્દન નાબૂદ થઈ જાય છે.

શીતળાની પ્રાથમિક સ્થિતિ, તેના ઉપચાર અને સારવાર તથા તેના પૂર્ણ વિવેચન બાબત તો એક સ્વતંત્ર ‘શીતળા’ એ નામનું પુસ્તક મેં લખેલ છે. તેમાં આરા ઘણા ઉપાયો બતાવ્યા છે. એ પૈકીમાંથી એક કશું પણ ખર્ચ ન કરવું પડે તેવો ઉપાય આપને લખું છું.

ગાયનું ગોખર (છાણું) જંગલમાં જ્યાં પડ્યું હોય ત્યાં જ સુકાણું હોય તેનાં અડાયાં છાણું લઈ તેને બાળી નાંખવાં અને જે રાખોડી થાય તેને કપડે ચાળી નાંખી પાણીમાં ગાળી લેવી એ ગાંભીરી રાખોડીના દડા બનાવી સુકવી લેવા. એ ભસ્મ દરરોજ રાત્રે મોઢા ઉપર લગાવો-પાઉડરની માફક, અને સવારે ધોઈ નાંખો.

કાળજી રાખો કે મોઢા ઉપર કોઈ પણ જાતનું તેલ લાગેલું ન હેય. જરા પણ તેલવાળી અસર મોઢા ઉપર હશે તો સ્થામતા આવી જશે. આ રાખોડી લગાવો ત્યારે ચહેરો તદ્દન સાફ હોવો જોઈએ.

ત્રણ મહિના લગાવો. કાષ ઘણાખરા નાબૂદ થઈ જશે.

આપે ઘણો મોંઘો પ્રયોગ માંગેલો પણ મેં ગરીબ પ્રયોગ બતાવ્યો છે, છતાં તે ખૂબ ગુણુવાળો છે. આપને લાભ થાય તો આપનાં નિર્ધન ગરીબ ભાઈ બહેનોને યથાશક્ત્ય મદદ કરશો. કારણ કે આપ સારાં ધનવાન છો.

(૭૯) એક જ્ઞાસુ—પાટણ

ભાઈ, આપનો પત્ર મળ્યો. પત્નીને મોટી ઉંમર થતા છતાં અટકાવ નહોતો આવતો. બહેનપણીના કહેવાથી કંકુ પીધું અને અટકાવતો આવવો શરૂ થયો પણ સાથે ધાતુ નબ છે, ગુપ્ત ભાગમાં દુઃખાવો અને આપ પૂછો છો કે આવી પત્ની સાથે સમાગમ કરવાથી પ્રમેહ થાય; તો સમાગમ કરવો કે નહિ ?

પ્રત્યુત્તરે જણાવવું જોઈએ કે આવી રીતે ત્યાંસુધી ગુપ્ત ભાગ રોગગ્રસ્ત હોય, અંદરથી ધાતુ અને બલમ વહેતો હોય ત્યાંસુધી સમાગમ કરવો હિતકારક નથી.

પ્રથમ તો તેમને દરરોજ બાવળ, બોરડી, જાંબુ અને ઉંમરાની છાલનો દશગણા પાણીમાં ઉકાળો કરી દરરોજ ગુપ્તભાગમાં એક વખત ડુશ આપવો. (પીચકરીથી એ પાણી લઈ ગુપ્ત ભાગ ધોવો.)
આવામાં—

ચીમેડ શેર ૦, ગુંદર શેર ૦, મુશળી તો. ૨ા, રાતાં મરી તો. ૨ા, કાળી મુશળી તો. ૨ા, ગોખર તો. ૨ા, રૂમીમસ્તકી તો. ૨ા, કૌચા તો. ૨ા, બગીચી તો. ૨ા, તાલીમખાના તો. ૨ા, ચીલગોળ મગજ તો. ૨ા, બદામ તો. ૨ા, એલચી તો. ૨, પીસ્તા તો. ૨ા, ચાંદી વરખ તો. ૧, ગોદંતી ભસ્મ તો. ૨, સુવર્ણમાલિક ભસ્મ તો. ૧, નાગકેશર તો. ૧, પ્રતાગપીષ્ટી તો. ૨ા, દુધનો માવે શેર ૨ા, સાકર શેર ૪, ઘી શેર ૨ા.

પ્રથમ સઘળાં વસાણાં બારીક ખાંડો, ગુંદરને ધીમાં સાંતળી લ્યો. માવાને ધીમાં શેકી લ્યો. પછી સાકરની ચાસણી બનાવી તેમાં ગુંદર, માવો, વસાણાં, વગેરે સઘળી વસ્તુ મેળવી દઢ દઢ તોલાના લાડુ વાળો કે ચોસલાં બનાવો. આને દરરોજ સવારમાં એક ખવરાવો. ખૂબ ચાવીને ધીમે ધીમે ખાય, ઉપર દુધ પીએ. જો દુધ પીએ નહિ તો કાંઈ નહિ, પણ પાણી તો ન જ પીએ.

ધાતુ જતો બંધ થશે, કેડો મજબૂત બનશે, બાંધો સખત થશે, ગુપ્ત ભાગનાં અવયવો મજબૂતી પામશે અને શરીરમાં શક્તિ ભરપુર ભરાશે. તેની સાથે પ્રથમ સમાગમે જ ગર્ભ રહેશે. આ સ્ત્રીઓને માટે અમૂત સમાન, ગુપ્ત ભાગની અને કેડોની મજબૂતી બાંધનાર અત્યંત ઉપયોગી અને સેંકડો વૈદ્યો-ડાક્ટરોની દવાને પહોંચી વળે તેવો આશીર્વાદરૂપ ઉપાય છે.

આપના મિત્રની હકીકત :

પ્રથમ ડાખા હાથે હસ્તમૈથુન કરતા હતા. એ તરફની નસ નબળી બની એટલે મિત્રોએ કહ્યું કે હવે જમણા હાથે હસ્તમૈથુન કરો. એટલે સરખાઇ આવી જશે !

મૂર્ખ મિત્ર અને સલાહ આપનારા પણ મૂર્ખના શિરોમણિ. આવા મિત્રો જ મિત્રતાના નામે હજારો ઉછરતા કુમળા બાળકોનો સત્યાનાશ વાળે છે, અને એને ખોટી બદીએ લપ્ત નાખે છે.

ગુપ્ત ભાગની ઇન્દ્રિયની નસોને છંછેડવાથી અથવા હસ્તમૈથુનથી તે ટુકડી, વાંકી, અને પાતળી બને એ સ્વાભાવિક છે. પરંતુ હાલ તુરત એની બહુ ચિંતા નહિ કરતાં થતા સ્વપ્રદોષને બંધ કરવા, સાત્વિક આહાર અને ખૂબ વિચારપૂર્વકનો મનનો સંયમ પકડવાથી સ્વપ્રદોષ બંધ થશે. પછી કોઇ વિશ્વાસુ અને યોગ્ય વિદ્વાન વૈદ્યની પાસે જઇ ધાતુવર્ધક દવા અને તીક્ષ્ણનો ઉપયોગ કરવાથી ઠેકાણું આવી જવાશે. પરંતુ હાલ તુરત ધાતુવર્ધક દવાઓ ખાવાથી તો સ્વપ્રદોષમાં વધારો થશે, અથવા છુટી ગએલી જૂની ખૂરી આદત ફરી શરૂ થશે. માટે મહેરબાની કરી કામોત્તેજક અને ધાતુવર્ધક ભડકાવનારી જાહેર ખબરોમાં લલચાઇ બિચારા વિદ્યાર્થીનો ભવ નહિ બગાડતા.

(૮૦) ભાઈશ્રી ફોટોગ્રાફર

તમારો પત્ર મળ્યો. દર્દ અને લાગણીભર્યો એ પત્ર વાંચ્યો. તમારા પ્રશ્નોનો જવાબ આપતા પહેલાં તમારી એક માગણી સંબંધમાં ધ્યાન ખેંચું : તમારો જવાબ ‘બહુરૂપી’ની અમુક ચોક્કસ તારીખમાં જ આવવો જોઈએ એવો દુરામત શા માટે ? પત્રોના જવાબ અનુક્રમે આપાય. તમારી પહેલાં આવેલાના પત્રોને પાછળ મૂકી તમને પ્રથમ જવાબ આપવો, એ નિયમ વિરૂદ્ધ હું કંઈ રીતે કરી શકું ? ઉતાવળે જવાબની જરૂર હોય તેમણે તો સીદો જ પત્રવહેવાર કરી લેવો જોઈએ.

હવે તમારી ફરિયાદ બાબત આવું. અનેક યુવાનોએ અનેક વખત જે પ્રશ્ન પૂછાવેલો તેવો જ તમારો પ્રશ્ન છે. ખૂરી કુટેવ, મંદવાડ, તેમાંથી ઉઠ્યા પછી પછુ ખૂરી કુટેવ, અને પછી નબળાઈ, કબજાયાત, મંદાગ્નિ, અશક્તિ અને નિરૂત્સાહીપણું—આ અને આવું જ આપનું વર્ણન છે.

એક સમજાડ મજબૂત દીવાલ ઉભી છે. તેનાં મૂળમાં એક માણસ કાદાળીથી ખોતરી રહ્યો છે. તેનું પરિણામ શું આવે ? દીવાલ પડે, ખોતરનારો ચગદાય, અને પછી બહાર કાઢવા માટે ખૂમખરાડા પાડે. એવી હાલત તમારી છે. હું નથી સમજતો કે માણસનું ખોતાની મુખાંધ અટકાવવા કેમ સમજી મનનો નહિ બની શકતો હોય ? ખૂરી કુટેવથી મંદવાડ આવે, થોડો સાંજે થાય, ફરી સમજાડ છતાં કુટેવ તરફ વળે ! ખેર !

તમારે માટે એક જ રસ્તો સરલ છે. ખૂબ તીખાતમતમતા ખોરાક છોડો, ખાંચનું દુધ વધારે લ્યો, સવારે ૩ ગોળી ચંદ્રપ્રભા નંબર ૧ લ્યો, સાંજે ૨ ગોળી ગોક્ષુરાદિ ગુગળની લ્યો. રાત્રે સૂતી વખતે ત્રીફળાં અથવા સારી જાતની હરડે પાવલીમાર ફાંકો અને

જમ્મા પછી દરરોજ હીંગાણક ચુર્ચુ હ્યો, અથવા જમવાની શરૂ-
આતમાં પ્રથમ આસમાં થોડા ભાત સાથે હીંગાણક લેશે તો પણ ઠીક છે.

તમારે માટે ઉત્તમમાં ઉત્તમ આ સરલ માર્ગ છે. ચાર મહિના
નિયમીત લીધા પછી એકાદ મહિનો શિયાળામાં ‘વસંત કુસુમાકર’
બળે રતી મધ સાથે લઈ લેશે તો શરીર સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત બનશે
અને પટેલી ખોટ પુરી થશે, પરંતુ જો ફરી એ અનિષ્ટ માર્ગ નહિ
બળ્યો તો જ.

*

(૮૧) મી. બી. પી. પટેલ—અમદાવાદ

પુત્ર મળ્યો. સ્ત્રીની ઉંમર સોળ વર્ષની છે. ગર્ભ રહ્યો છે એ
આપ પૂર્ણપેણે પ્રગટાવવાને વાંધો નથી ઉઠાવતા, પણ ફરી દશ વરસ
સુધી ગર્ભ ન રહે એમ ઇચ્છો છો, કેમકે એથી તમને હાનિ એ છે
કે સ્ત્રીનું સૌન્દર્ય હુંટાઇ જાય અને આટલા નાના નવયુગલમાં કન્યા-
બચ્ચાંની જન્મળ વધી પડે એ ઠીક નથી લાગતું.

આવો જ પ્રશ્ન છેલ્લા દશ વર્ષથી હિંદુસ્તાનમાં જોરશોરથી ચર્ચાઈ
રહ્યો છે. એ બાબત ધણું સ્પષ્ટિત પ્રગટ થાય છે, વેચાય છે અને
વંચાય છે. તકસાધુ વેપારીઓએ પણ બર્થ કંટ્રોલની-સંતતિનિયમનની
ઠીક ઠીક દવાઓ વેચવા માંડી છે. એ દવાઓ પ્રજા થવી બંધ કરે
છે કે કેમ તે હું નથી જાણતો. પણ તમારા જેવા જ્યારે સલાહ
માગે ત્યારે જવાબ આપ્યા વગર છુટકો થતો નથી. સંતતિનિયમન
જે રીતે થઈ શકે. એક તો મન સંયમમાં રાખી ક્ષત્રચર્ય પાળવાથી.
આ ઉધાડી અને સત્ય વાત જ્યારે તમને માન્ય ન હોય ત્યારે જ
તમે એ માટેનો ઉપાય માગતા હો. એથી બીજો ઉપાય કૃત્રિમ
સ્પ્રાધનો અને ખાવાની દવાઓથી સંતાન અટકાવવાનો કામે
લગાડાય છે.

સાધનેમાં સ્ત્રીએને મહાશયના મુખ ઉપર પહેરાવવાની પારસી ટોપી જેવી 'પ્રેસરી' આવે છે. ફ્રેંચ, ડચ, એમ એની ભુદી ભુદી જતો છે. તે કોઈ કુશીયાર નર્સ પાસે બેસારી લેવાથી સંતાન થવાની ભીતિ ઓછી થાય છે. એ સિવાય પુરુષોને ગુપ્ત ભાગ ઉપર પહેરવાની બહુ જ બારીક ચેલી આવે છે જેને 'ફ્રેંચ લેટર' કહે છે. આ સાધનો વાપરવાથી પ્રજનો પ્રતિબંધ થાય છે ખરો. એ સિવાય પણ કુશની દવાઓ, સાબુઓ, સોગડીઓ આજકાલ બહુ વપરાય છે. જે આપને તેના વિશેષ જ્ઞાનની જરૂર હોય તો એ વિષય ઉપર લખેલું મારું પુસ્તક 'સંતતિસંયમન' વાંચી લેશો. બાકી ખાવાની દવાથી સંતાન થતાં બંધ થતાં હોય એ વાતમાં મને બહુ વિશ્વાસ નથી.

*

(૮૨) હીમંતલાલ ડી. ભટ્ટ—કરાચી

શરીર વધારવા માટે મજબૂત અને પહેલવાન જેવા થવા માટે ઉપાય પૂછો છો—તે માટેની દવા માગો છો :

બાઈ, એ હું નથી સમજતો કે શું માગુસને દવા વગર કોઈ કાર્ય નહિ જ થઈ શકતું હોય ? કોઈ પણ પ્રાણી ઉમરે વધે છે તેમ તેનું શરીર પણ વધે જ છે. ચૌદ વરસની આપની ઉમર છે. એમાં શરીરને વધારવા માટે દવા લેવી એ ઠીક નથી.

સાચો ઉપાય એ છે કે નિયમીત કસરત કરી, નિયમીત ખોરાક લેઈ, ફળ અને દુધનું પ્રમાણ વધારે રાખો. જો તો સવારના ખોરાક સાથે થોડું માખણ લેતા જોઓ. એટલે શરીર ખીલવા લાગશે અને કસરત ખોરાકને પચાવશે, શરીર વધશે, ઘાટીલું બનશે અને પહેલવાન થવાશે. આપણા પહેલવાનો કાંઈ કોઈ દવા ખાઈને પહેલવાન થયા નથી.

•

(૮૩) કાન્તિલાલ મુખલાલ શાહ—કરાચી

તમારા મિત્રના વ્યાધિ માટે સરસ ઉપાય એક જ છે કે તેમણે દરરોજ એક વખત સવારે અથવા સાંજે ‘તૈલાભ્યંગ’ કરાવવો. અર્થાત નેલ શરીર ઉપર માલીસ કરાવવું. એથી શરીરનો બધો દુઃખાવો, કળતર નાબૂદ થશે, નસો અને મસલ્સને તાકાત આપશે અને શરીરમાંનો દુઃખાવો, શીથીલતા નાબૂદ થશે. દવાની ઈચ્છા હોય તો એકાદ મહિને ‘આહન’ ખાંડીને તેની બે વાલ જેટલી ફાકી ગાયના દુધ સાથે દરરોજ સવારમાં લેવી. એ સિવાય ખાસ કોઈ દવાની જરૂર નથી. માત્ર ચહા અને ખાંડ છોડી દેવાની જરૂર છે. આહન ગાંધીને ત્યાં એક આનાનું એક મહીનો ચાલે તેટલું મળે છે. તે એક વનસ્પતિનાં મુળાડીયાં છે.

*

(૮૪) સુતારચાલ-મુંબઈમાં રહેતા એક ભાઈ

આપનું પેટ બહુ મોટું થયું છે. ૧૮ વરસની ઉંમરે મોટું પેટ એ પણ એક શરમાવા જેવું ખરું. મોટી ઉંમર હોત, એકાદ પેઢીના વડા શેઠ હોત, ગાદીતકીએ ફાંદ ફેલાવીને પડ્યા હોત તો વળી સાઈં પણ લાગે. પણ આ તો નથી શેઠ કે નથી ઉંમર. એનો ઉપાય માગો છો:

બહુ સાઈં. આપને માટે એક સરસ રસ્તો છે. ફાંડ પીણો અને એકક કરો. દરરોજ થોડી શરૂઆત કરો. પછી જીવો મગ્ન. પેટ ઉપરનો મેદ ગળી જશે અને એના બદલે છાતી તથા બાહુ ખીલશે. એ કસરત જેટલું સરસ કામ કરશે એટલી કોઈ દવા આપનું કામ નહિ કરી શકે. તમારી અવસ્થા પ્રમાણે એ એક જ ઉપાય તમારે માટે સરસ અને લાભકર્તા છે.

*

(૮૫) વિમળચંદ્રલાદ

અ. ૫ અભ્યાસમાં પાછળ રહો છો, આગળ વધી શકતા નથી અને સ્મરણશક્તિ આપની ઘણી ઓછી છે. એ માટે ઉપાય માગો છો. ‘રસરતન સમુચ્ચય’ નામના ગ્રંથમાં એક કથા છે. કાશી નગરીમાં એક મહાન સમર્થ વિદ્વાન પંડિત હતા. ન્યાય મિમાંસા, વ્યાકરણ, તર્કશાસ્ત્ર વગેરે જાણવાવા પોતાને ત્યાં અનેક વિદ્યાર્થી રાખતા. એ વિદ્યાર્થીઓમાં જેની સ્મરણશક્તિ ઓછી હોય, દરરોજના અભ્યાસમાં ગ્રહણ ન કરી શકતા હોય તેવા વિદ્યાર્થી અને વિદ્યાર્થીનિઓને માટે પંડિતજી એક દવા રાખતા અને દરરોજ એ જાતના વિદ્યાર્થીઓને દુધ સાથે પાંચ પાંચ છુંદ દવા આપતા. એથી બનતું એમ કે મંદ યાદશક્તિ વાળા એથી ખૂબ આગળ વધી જતા, પુરા પંડિત નિપજતા અને ખૂબ સહેલાઈથી વિદ્યા સંપાદન કરતા.

એક દિવસ બન્યું એમ કે તેમની કન્યા ૧૬ વરસની, જે પંડિતજીની સાથે જ રહેતી, તેની કોષ દવાની બાટલી પંડિતજીની વિદ્યાર્થીનિઓ માટેની પેલી દવા સાથે પડેલી. કન્યાએ જલથી પોતાની દવા છોડીને એ સ્મરણશક્તિની દવા પી લીધી.

ચાર છ કલાક પછી છોકરી પાગલ બની ગઇ. એના ચિત્તની અસ્વસ્થતા વધી ગઇ અને તે દોડવા લાગી. સમય રાત્રિનો આવી લાગ્યો. છોકરી જોલાન સ્થિતિમાં ઘર છોડી બહાર નીકળી ગઇ અને તેણે પાણીથી ભરેલા કુવામાં પડતું મૂક્યું.

પ્રાતઃકાળે પંડિતજીએ શોધ કરવા વિદ્યાર્થી દોડાવ્યા. આખી કાશી નગરી ફરી વળ્યા, પણ પતો ન લાગ્યો. બીજા દિવસની રાત્રિ વીતી ગઇ, ત્રીજે દિવસે સવારે કુવા ઉપર ગયા તો છોકરી પાણીમાં કુવાની કિનારી પકડીને જીવિત અવસ્થામાં તરતી જણાઇ. તેને બહાર કાઢવામાં આવી. કુવામાં ત્રીસ કલાક રહેવાથી તેનું માંડપણ નાબૂદ થયું હતું, પરંતુ પરિણામ એ આવ્યું હતું કે વિદ્યાર્થીને જોખવા માટે આપવામાં આવતો પાક એક વખત સાંભળવા માત્રથી તે માદ કરી

લેતી. એટલે કે એ 'શ્રુતધર' બની ગઇ હતી. અને ધણી જ અદ્વૈત કાળમાં એણે સર્વ શાસ્ત્રનું અધ્યયન કરીને દેશમાં દિવિજન્ય કર્યો હતો.

એ દવા શી છે? એ ઔષધને જ્યોતિષ્મતિનું તેલ કહેવામાં આવે છે.

વિમળચંદ્રભાષ, વિચારમાં જરાએ નહિ પડશે કે વૈધરાજે વળી આ 'જ્યોતિષ્મતિ' ક્યાંથી કાઢી! ભાઈ, એ તો તે ઔષધનું સંસ્કૃત નામ છે. આપણા ગુજરાતીમાં એને કહે છે માલકાંકણીનું તેલ. એ બહુ જ બુદ્ધિવર્ધક છે અને સ્મરણશક્તિને વધારનાર પણ છે. તેને 'એષ્ટનટોનીક' કહી શકાય. એની લેવાની રીત આ પ્રમાણે છે: દરરોજ શરૂઆતમાં એકેક ટીપું દુધની સાથે લેવું. દરરોજ તેને વધારવું અને વધારેમાં વધારે દશ ટીપાથી વધુ ન લેવું. કારણ કે તેનામાં ખીજે દુગુંણ ઉલટી કરાવવાનો છે. એ લીધા પછી જીવ મીઠકાય છે અને પાછું વળશે એમ લાગે છે. પરંતુ કાઠે પડવાથી એમ થતું નથી.

વળી તમે બજારમાંથી ચોખ્ખું માલકાંકણીનું તેલ મેળવવા આશા રાખો તો તે ખોટું છે. આપણા વેપારીઓ તો સાડલાને બદલે સુંડલો પકડાવી દે તેવા છે. એટલે આપે દશ શેર કે અરધો મણ માલકાંકણાં લઇ તેનું ઘાણીમાં પીલાવીને તેલ કઢાવી લેવું. થોડું જો હાથે જ કાઢી લેવું હોય તો દશ તોલા માલકાંકણાં લાકડાની ખાંડ-ણીમાં ખૂચ ખાંડવાં. ખાંડતાં જરા જરા પાણી છાંટતાં જવું. બરાબર લોચા જેવું થઇ જાય એટલે કાંસાની થાળીમાં અરધા ભાગમાં તે લોચો લગાડી સખત સૂર્યના તાપમાં થાળીને અરધી વાંકી રાખી મૂકવી, જેથી તેમાં પાથરેલા માલકાંકણાના લોચામાંથી તેલ જીલું પડી થાળીના નીચાણના ભાગમાં ખાલી જગ્યામાં એકઠું થશે. એ તેલ શુદ્ધ માલકાંકણાનું ગણાય. એમાંથી એક ટીપાથી શરૂઆત કરવી અને દશ ટીપાં સુધી વધારવું.

આપની આ તેલ કાઢવાની તકલીફમાંથી બચી જવા ઇચ્છા હોય તો એકલા માલકાંકણાનાં મીંજ દરરોજ પાંચ પાંચ મળવા લાગો. પચીસ સુધી વધીને કાયમ રાખો. એથી પણ સરસ લાભ થશે.

વાંચકો કહેશે કે વૈદરાજ ! વિગળચંદ્રને એકદમ સીધું કહી દીધું હોત કે તમે માલકાંકણીનું તેલ લ્યો કે બી ગળો, તો શું ખોટું હતું ? જવાબમાં જણાવવાનું કે પેટ તો ધાંઉનો આટો, જોળ અને ઘી મેળવીને ખાવાથી પણ ભરાય છે, જેને કાઠિયાવાડમાં કુલેર કહે છે. પરંતુ આપણા લોકો એનો દળ બનાવે છે, પુરી અને રોટલી બનાવે છે, ત્યારે તેનો સ્વાદ અને મીઠાશ ઔર આવે છે, એ સુગ વાચકના ખ્યાલ બહાર નહિ જ હોય.

*

(૮૬) મુંબઈવાળા

ભાઈ, પત્ર મળ્યો, આપના દીકરાની આંખો ખરાબ છે તો પણ તે સીનેમા જોવા જાય છે, આપ લડો છો ત્યારે તે કહે છે કે ‘બહુરૂપીમાં’ લેખ આવે છે કે માયાપોએ છોકરાને સીનેમા જોવા મોકલવા જ જોઈએ. આ બાબતમાં મને પુછાવો છો કે આ હકીકત સત્ય છે ?

ભલો બાપ અને ચાલાક દીકરો ! મને ખ્યાલમાં નથી કે ‘બહુરૂપી’એ છોકરાઓને સીનેમા જોવાની સલાહ આપી હોય. સીનેમા કદાચ માનસપક્ષટાની ખાતર, નવી સંસ્કૃતિ અપનાવવાની ખાતર પુખ્ત ઉમરનાં મનુષ્યો જુએ તો કદાચ કોઈ વાંધો નહિ હોય, પરંતુ કાચી ઉમરનાં બાળકોને સીનેમા જોવાથી લાભને બદલે હાનિ જ વધુ થાય છે.

તેમાં પણ જેની આંખો ખરાબ છે તેને સીનેમા જોવાથી બહુ જ નુકસાન થાય છે, માટે આપનો બાળક પોતાની મોજ પુરી કરવા ‘બહુરૂપી’ને ખાલી સંડોવે છે. કદાપિ ‘બહુરૂપી’એ આવી સલાહ નથી આપી તેની હું ખાત્રી આપું છું.

*

(૮૭) રતુભાઈ-મુંબઈ

પત્ર મળ્યો. આપનો વ્યાધિ પ્રમેહ અને ચાંદી. પ્રથમ પ્રમેહ થયો બાદ ચાંદી થઈ. હાલ બેઉ વ્યાધિ દબાઈ ગયા છે. હવે શું કરવું ?

હવે એ શરીરમાં ઉંડા બેસી કાયમનાં થાણું જમાવે છે. શરીરનાં એકે એક સ્થળને કબજે કરી પછી બળવો જગાવશે, અને આ દુઃખી સંસારથી આપને વૈરાગ્ય નિપજ્જવશે બાકી ભાઈ, હું કદાચ ચાર પાંચ પાનાં ભરીને આપને તેના પ્રયોગો બતાવું તો પણ એ તમારાથી બની શકવાના નથી. કારણ તમારા વ્યાધિવાળાને મોઢે ચોકડું અને લંગોટે તાળું બાર મહિના લગાવી દેવા આપવામાં આવે ત્યારે જ તમે દુનિયામાં રહેવા લાયક, તન્દુરસ્ત સંતાન પેદા કરવા લાયક અથવા સમાજ સાથે હળવાભળવા જેવા બની શકો. બાકી તો તમે ખુવાર થશો, સેંકડો માણસને તમારા ચેપની પ્રસાદી આપશો અને પત્ની તથા તેથી થનારાં બાળકોને પણ તમારો આ ચેપભર્યો વારસો આપતા જશો !

આ કડવું સત્ય જો ગળે ઉતરતું હોય તો ભાઈ, મંભીર દરદ માટે ઉપલકાયા ઉપચારો જાણવા કરતાં કાંઈ સારા ચિકિત્સક (વૈદ્ય)ને શરણે જાઓ અને આહારવિહારમાં નિયમન કરી શરીર સુધારો. તમે ભુલાવામાં પડ્યા છો, એટલે તમારા વ્યાધિઓ ઉંઘતા નથી હો ! એ તો તકને જ તાકી રહ્યા છે. તે તમને એવી ગુલાંટ ખવડાવશે કે હિભા થતાં ત્રણ ભુવન જોવાં પડશે.

(૮૮) છગનલાલ ગાંગુ-વડાળ

આપને બે ચાર વખત દિવસે ઝાડા થાય છે અને બેચાર વખત રાત્રે. તેનો ઉપચાર આપ પૂછો છો. સ્થિતિ સારી નહિ હોવાથી દવામાં ખરચ કરી શકો તેમ નથી, વારૂ.

પ્રથમ તો આપને એ જણાવવું જોઈએ કે આપને પ્રથમ મંદાગ્નિ થયો, તેમાંથી અતિસાર અને હમણાં સંગ્રહણી જેવા વ્યાધિમાં આપ આવી પહોંચ્યા છો. તે માટે સારો, સરલ અને બીનખરચાળ માર્ગ છાશ ઉપર રહેવાનો છે. અનાજ અને પાણી છોડી દો. દહીં દરરોજ તાજું મેળવી દરરોજ ત્રણ શેર દુધની છાશ લ્યો. કેાઘ દવાની ખાસ જરૂર નથી. માત્ર છાશમાં સીંધાલુણ, મરી, શેકેલી હીંગ અને સુંક દર વખતે છાશ પીએ ત્યારે નાંખીને પીજો.

પેટમાં વાયુ જેવું જણાય તો દિવસમાં બે ત્રણ વખત હીંગાષ્ટક યુર્ણ અથવા લવણ ભાસ્કર યુર્ણ લેજો. બેઉ પ્રસિદ્ધ યુર્ણ છે અને છ આનામાં દશ તોલા બની શકશે અથવા ફાર્મસીમાંથી મળી શકશે.

અઠવાડીયું આ પ્રમાણે કરો. ઝાડા બંધ થશે. મળ પચીને આવશે, આંતરડાં સુધરવા લાગશે.

જો ઝાડામાં લોહી આવતું જણાય તો ગાંધીને ત્યાં જ રાળ છે તે એક પૈસાની એક તોલો આવશે. તેને ખાંડી ખારીક યુર્ણ કરી બે વાલ જેટલું યુર્ણ છાશ સાથે લખ લેશો, એટલે તે જ દિવસે ઝાડામાં લોહી દેખાતું બંધ થશે. પછી ફરી એ યુર્ણ લેવાની જરૂર નથી. પણ છાશ બે મહિના લાગકે લેજો એટલે એ વ્યાધિ ફરી ઉઠશે નહિ ખાય. છાશ લેવાનું બંધ કરતી વખતે પ્રથમ છાશ સાથે કણકી (ભાતની) અને મગના પાણીથી શરૂઆત કરજો. ધીમે ધીમે બીજા ખોરાકે ચડજો. બરાબર આરામ જરૂર થઈ જશે.

પરવાળાં આંખનાં માતાજીને છે તે ખુંટી નાંખવા સિવાય બીજો ઉપાય હું જાણતો નથી.

(૮૯) મી. એકસ—વડોદરા

ભાઈ, આપનો પત્ર મળ્યો. આપનું ગળું સાફ નથી. અવાજ ખરાબ છે. ગધ શક્તિ નથી, પણ ગાવા ઉપર પ્રેમ છે. ઠીક છે. પરંતુ આપ માગો છો કે આપનો અવાજ ‘સાધગલ’ જેવો થાય.

ભાવના તો મગ્નની છે. ઉચ્ચ ભાવના રાખવી એ પણ જરૂરી છે. પણ સાયગલ બની શકાતું નથી. અગાઉ અવાજ માટે ચર્ચા થઈ ગયેલી છે. કુદરતી ગળાને ફેરવી શકાતું નથી. જે કોઈ કારણવશાત તેમાં ઉપાધિ થઈ હોય તો આપ ડાકટરને બતાવી શકો છો. કાકડા હોય તો તે કપાવી ગળું શુદ્ધ બનાવો અને કોઈ સંગીતશાસ્ત્રી પાસે તાલીમ લ્યો. ભાવના અમુક અંશે જરૂર ફળશે. સાધગલ બનાવવા કે માસ્તર વસંત બનાવવા એ માફ કામ નથી. પુરૂષપ્રયત્ન અને ઇશ્વરકૃપા.

*

(૯૦) સંત્રાવાલા—કરુચી

આપનો પત્ર મળ્યો. પત્નીને સંતાનની અત્યંત ભૂખ છે. એની ચિંતાએ તે અરધી થઈ ગઈ છે. અનેક ઉપાયો કીધા પણ ફળપ્રાપ્તિ નથી, અને રોજ સંતાન માટેના વલોપાત. એ સ્થિતિ દૂર કરવા માટે ઉપાય માગો છો.

આપણી હિંદની સ્ત્રીઓમાં એક જાતની મનની દુર્બળતા ખૂબ ધર કરી ગઈ છે. કોણ જાણે તેને સંસાર શરૂ કર્યાને બે ચાર વરસ વીતી ગયાં નથી હોતાં ત્યાં આવા જ વિચારો આગ્યા કરે છે. તમારે

માટેની વાત બાજુ ઉપર રાખીએ તો એવાં કેટલાંયે કુટુંબો મેં જોયાં છે કે જેમણે સંતાનપ્રાપ્તિ માટે કંઈ પણ કરવામાં બાકી નથી રાખી. આપણી જૂની ભાષામાં કહીએ તો પત્થર એટલા દેવ એણે કર્યા હશે.

આપણું સામાજિક જીવન અને આપણા અહીંના રીવાજો પણ વિચિત્ર છે. વહુ આવ્યાને બે વરસ થયાં કે વાતો ચાલી: બા, આ ચંદીવહુને ખોળો ભરાતો નથી ! બા, આ જીવકારની કુખજ વાંઝણી લાગે છે ! અને જો બે ચાર વરસ એમ વીતી ગયાં તો તેના મનની વાત તો મનમાં રહી, પણ સર્ગાવહાલાં, સ્તેષી અને પાકોશી તેની વાતો કરવામાં-જીવ લેવામાં કામ બાકી રાખતાં નથી. મારી પાસે આવેલા આવા કેટલાક કેસોમાં મેં જોયું છે કે મોટે ભાગે પુરૂષના વીર્યમાં જ ખામી હોય છે અને તેને સુધારી લેવામાં આવતાં સંતાન જરૂર થાય છે.

આપના લખવા પ્રમાણે આપની સ્ત્રીનું શરીર સાફ નથી, અટકાવ નિયમિત આવતો નથી, ગર્ભાશયનો દુઃખાવો પણ રહે છે.

જ્યાં સુધી આ દોષો સુધરે નહિ ત્યાં સુધી સંતાન માટે આપનાં પત્ની ગમે તેટલો શોક કરે, વિહ્વળ બને અને ગાંધા-આખડી રાખે, પણ સંતાન થઈ શકે નહિ. યોગ્ય ચિકિત્સકને બતાવી, દોષ સુધરે, અટકાવ બરાબર નિયમિત આવે, તેવા ઉપચાર કરો. સાથે આપ પણ આપનું શરીર બતાવી જોજો, મહેરબાન !

(૯૧) એક ભાવનગરી

પત્ર મળ્યો. તોતડાપણા માટે આપ એક કામ કરો. ખોલતી વખતે પત્થરના ચણાના દાણા જેવડા બેત્રણ પાંચીકુકા (પત્થરના ગોળ દુકડા) મોઢામાં રાખો અને ખોલો. આ અભ્યાસ કાયમ કરો. જરૂર લાભ થશે. બીજા ઉપાય તરીકે આપ કોષ્ટ નિષ્ણાત ઓપરેશનના કાર્યમાં હુશીયાર ડાક્ટરની સલાહ લ્યો. જીમના વિકાસકાર્યમાં નીચેની એકાદ નસ જો ખોલવાની જરૂર જણાય તો ખોલાવો. એકાદ મહિનો અક્કલકરાતું ચુર્ણ મધ સાથે ત્રણ ત્રણ રતી લઈ જુઓ. લાભ થતા સંભવ છે.

આપની બહેનના આગળના બે દાંત પડી ગયા છે તેને લાંબો વખત થયો, પણ ફરી નવા આવતા નથી. તેને માટે પેટન્ટ દવા ‘કાલઝાના’ આપો. બે ત્રણ બાટલી આપો. દેશી દવા આપવાની ઇચ્છા હોય તો વસંતમાલતી, છીપભસ્મ અને પ્રવાલ ભરમ બંને રતી રોજ ત્રણ વખત એક કેળામાં ભરી ખવરાવો. જરૂર દાંત આવી જશે. કેલ્સ્યમનાં તત્ત્વો વધારવાથી દાંતને લાભ થાય છે અને જલદી બહાર આવે છે. ઉપર બતાવેલાં બધાં કેલ્સ્યમો છે. વિલાયતી દવા કરો કે દેશી.

*

(૯૨) એક દુઃખી યુવક

તમારો બીજો પત્ર પણ મળ્યો : બીજા પત્રમાં તમારો ગુસ્સો તરી આવે છે. તમો આવા દશ પત્ર લખશો તો પણ જવાબ નહિ જ મળે. ચોક્કસ ગામ, નામ, કામ, ઠેકાણા સિવાય જવાબ આપવામાં નથી આવતો.

*

(૯૩) ભાસ્કર—મુંબઈ

આ પનાં સંતાનો બાંધો લેતાં નથી. આપ પતિ-પત્ની સંપર્ષ નીરોગી છે. બાળકોને ઘણી પેટ-ડો આપી. હવે આપ મારી પાસે ઉપાય માગો છો :

હાલ દુરત બાળકોને નીચેની ગોળી બનાવી આપો :

આહન તો. ૧૦, કમળકાકડીનો મગજ તો. ૧૦, હાઇપોફોસફેટ તો. ૧૧, ગોદંતી હસ્તાલની ભસ્મ તો. ૨૧.

બધાં ઔષધોને બારીક ખરલમાં નાંખો. કાળી દ્રાક્ષના કવાથમાં ઘુંટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી દરેકને બે ગોળી સવારે, બપોરે, સાંજે આપો. સવારની અને સાંજની ગોળી પછી પાશેર દુધમાં પીસતાં વાટીને તો. ૧ નાંખી જરા સાકર એકચી મૂકી તેની રાબડી પીવડાવી દો. બીજું અનાજ તેઓ ભસે ઓછું લે. બપોરની ગોળી પાણી સાથે આપશો તો પણ ચાલશે. ત્રણ મહિના આમ કરવાથી ઘણો સારો લાભ થશે, બાળકો બાંધો લેશે. તે પછી પણ કદાચ થોડી ઉણપ જણાય તો શિયાળામાં તેમને લસણ પાક આપજો.

*

(૯૪) મી. વાય.—મુંબઈ

આ પનો એક હાથ બહુ દુઃખે છે, તે માટે આપ દરરોજ બપો ગોળી ‘મહાચોગરાજ ગુરુજી’ની ધી સાથે મળો, સવાર સાંજ. ખટાશ ખાવી નહિ. અને દુઃખતા હાથ ઉપર ટરપેનટાઇન તથા મુકેલીપટસ એકેક તોલો મેળવી કપુર અંદર પાસલીભાર નાંખી, એ તેલનું માલીસ કરાવશો. આશાતીત લાભ થશે.

આપના ઊંઘાને સ્નાન કર્યા પછી શરીર ઉપર ખૂબ ચળ આવે છેઃ એ માટે સ્નાન કરતી વખતે કોઈ પણ જાતનો સાબુ વાપરવાનો બંધ કરશો અને ન્હાવાના પાણીમાં કડવા લીમડાનાં પાન નાંખી એ પાણીથી સ્નાન કરાવવાનું રાખશો તો ચળ આવતી બંધ થઈ જશે. છતાં ચળ જેવું જણાય તો તલનું તેલ તો. રા તથા કરંજીયું તેલ તો. રા બન્ને મેળવી તેનું માલીસ સ્નાન પહેલાં અકવાડિયું કરવાથી કાયમને માટે ચળ આવતી બંધ થશે.

*

(૯૫) ગરીબના બેલી—પેટલાદ ડીસ્ટ્રીકટ

પ્રિય ભાઈ, પ્રથમ આપના પત્રની વિગત આપું. આપ ગરીબ છો, બાલ્યાવસ્થામાં હસ્તમૈથુનની કુટેવ. પછી લમ થયાં. સ્ત્રીસમાગમ કરી ન શક્યા. સ્ત્રી બિચારી થઈ. તેને મારીને કાઢી મૂકી. હવે તમે દુધ, ધી ખાઈ શકો તેમ નથી, દવામાં પૈસા ખર્ચી શકો તેમ નથી. ‘બહુપી’માં એવો ઉપાય માગો છો કે ખૂબ સુખી થઈ જવાય!

વાર, હવે હું પ્રથમ તો એ કહેવા માગું છું કે હું કોઈ કામધેનુ કે કંદપવૃક્ષ છું કે મારા લખેલા શબ્દો વાંચશો એટલે તમે સુખી થઈ શકો ?

દુઃખ તો લાગશે, પણ મને કહેવા ઘો કે જેઓ સંસારને લાયક નથી, જેઓ સ્ત્રીને સતોષી શકવાને અસમર્થ છે, જેમને પોતાના શરીરનું પણ પોષણ કરવાની તાકાત નથી તેમને લમ કરવાનો શો હક્ક છે ?

તમે જાણતા હતા કે જુરી કુટેવથી તમે નાલાયક બન્યા છો, તો પછી લમ કરવાનો ઇન્કાર કાં ન કર્યો ? જો માટે એક ગભરૂ નિર્દોષ બાળાનું પાણિમહણ કરીને તેનો ભવ બગાડ્યો ? બહેતર હતું કે તમે એકલાએ જ બાંધી મૂકી રાખી, જીંદગી પાર કરવી હતી. આ બધું તમારી નજર સામે હતું. છતાં પત્નીરૂપ એક રમકકું તમે

સંપાદન કર્યું. પછી તમે એમ માનતા હશે કે પતિ નપુંસક હોવા છતાં પત્નીએ પણ એકું જ જીવન ગાળી જીંદગી વીતાવવી !

જરૂર આર્થિકહિલાએ વ્યભિચાર કરવો એને હું દોષપાત્ર ગણું છું. પરંતુ આજનાં સમાજઅંધનો તમે જાણો છો. એક વખત લમ-ત્રથીથી જોડાઈ ગયા પછી તેને એ અંધન ગમે તેવી ગુંગળામણુ-માંથી પણ મુક્તિ નથી આપી શકતાં. આજ રોજઅરોજ બનતા આપઘાતના, સળગી જવાના, કુલ પડવાના, અથવા નાસી છુટવાના કિસ્સા સંભગાય છે. તેમાં પડદા પાછળ સ્ત્રીઓને આવી અને આવી જ કાષ્ટક યાતનાઓ ભોગવી પડતી હોય છે અને તેની મુક્તિ માટે ઉપરનો એક રસ્તો એ લે છે. 'ખીજું' એ કરે પણ શું ?

બદ સમાજ કહેશે કે પતિવ્રતા સ્ત્રીને આંધળો, લૂલો, લંગડો, કોડીયો, અથવા નપુંસક ગમે તેવો પતિ મળે એ તેને પ્રભુ તુલ્ય છે. મન, કર્મ, વચને એણે એમાં રાચવું જોઈએ !

પરંતુ એ પતિવ્રતા સ્ત્રીના ધર્મ લખનાર પુરૂષોએ પુરૂષ હોઈને સ્ત્રીને પોતાની નજર સામે એક ભોજ્ય પદાર્થ ગણી ભોક્તા તરીકે ધર્મ-નિયમો ઘડ્યા છે. તેમને પોતાની બગિચી, પુત્રીના આર્તનાદો તે વખતે યાદ આવ્યા હોત તો તેમનાં આ મંતવ્યો જુદાં પડત.

મારા જાણુવામાં એવા એક બે કિસ્સા છે કે જેમાં સ્ત્રીઓ નપુંસક હતી (ચૈનીમાર્ગ જ નહિ.) તેમને સાસરે વોળાવી અને પાછી પીયર આવ્યા પછી તેમના પિતાને જમાઈરાજે કહેવરાવી મોકલેલું કે તમારી પુત્રી સંસારને ચોગ્ય નથી એથી મને ખીજું લમ કરવાની ફરજ પડે છે. ઠીક લાઈ !

પરંતુ એમાં વાંધો શો ? પુરૂષને તો એક નહિ અને અનેક લમો કરવાની આપણો ધર્મ અને કાયદો છુટ આપે છે. એ તો પત્ની નપુંસક હતી. પરંતુ તે સંસારલાયક હોય છતાં ત્રીજે દિવસે પતિ એના ઉપર ખીજી સ્ત્રી કરે તો પણ તેને કાણ રોકટોક કરે તેમ છે ?

પુરુષ ભોક્તા છે, સ્ત્રી ભોજ્ય છે. એ પાયા ઉપર તો સ્ત્રીધર્મની પ્રમારતા ચણાઈ છે, અને એનું પતન, દુઃખ, પરાધીનતા, એક પશુ-થીએ બદ્ધ છે. આથી વિશેષ ચર્ચા નહિ કરું.

આપને માટે વગર પૈસે, ઉત્તમ ખોરાક લીધા વગર શક્તિમાન થવાય એવો કોઈ ઉપાય મારી જાણમાં નથી. પુરુષત્વ લાવવા માટેના પ્રયોગો ખર્ચાળ છે. તેની પાછળ દુધ, ઘી, મલાઈ, માખણનો ઉપ-યોગ કરવો પડે છે. કેવળ દવાઓ શરીરમાં તાકાત વધારી નાંખતી હોય, પુરુષાતન આપી દેતી હોય, એમ હું માનતો નથી. તેમ નથી કોઈ એવી દવા મારી જાણમાં કે હું તમને જણાવું કે તમે ખોરડી, બાવળ કે લીંમડાનાં પાંદડાં મૂઠીભર ખાધને પહેલવાન બની જાઓ ! મારા જવાબથી તમને અસંતોષ થશે એમ હું પણ માનું છું. પરંતુ સંતોષ આપવાનો માર્ગ હજી મને મળ્યો નથી. હું કોઈ મહા પુરુષ હોત તો આશીર્વાદ આપી દેત : ‘ બચ્ચા, બન જ પહેલવાન ! ’

*

(૯૬) મોહનભાઈ હીરસંગ-મોલા

આપને સારણુગાંઠ છે. શરીર અશક્ત છે. ઓપરેશન થઈ શકે તેમ નથી. શું કરવું ?

સારણુને આપણે ગાંઠ માનીએ છીએ, પણ શરીરની બીજી મંથી-ઓની માફક એ કોઈ ગાંઠ નથી પરંતુ ઉદરપટલ નામનો એક પડદો પેટની નીચે આવેલો છે તે ઠંડાણે કોઈ જોરનું કામ કરવાથી, વધુ પડતો ગેસ થવાથી, જોરદાર વસ્તુ ઉચ્કવાથી, ત્યાં છીદ્ર પડી જાય છે અને તે છીદ્રમાંથી આંતરડું નીચે ઉતરે છે. એ નીચે ત્યારે જ ઉતરે છે કે જ્યારે કબજાયાત હોય, પેટમાં પવન થયો હોય કે ખોરાક ન પચ્યો હોય. એથી પવનનો અવરોધ થાય છે અને નીચે દબાણ કરે છે. એટલે છીદ્રમાંથી આંતર નીચે ઉતરી આવે છે.

તેને સારણુવાળો દરદી યુક્તિથી ઉપર ચઢાવી દે છે અને ચડતી વખતે તે બ-બ-બ એવા અવાજ સાથે ઉપર ચઢે છે.

આ માટે એક પદ્ધતિ આપે છે. તે બરાબર તે જ જગ્યાએ દબાણ કરી રાખે છે, કે જ્યાંથી આંતરકું નીચે ઉતરતું હોય. એટલે પ્રથમ પંક્તિએ આ પદ્ધતિ પહેરવે એ સરસ છે.

ખીજું કબજાયાત ન રહે, વાયુ ન થાય, તેની કાળજી રાખવી. વાયુકર્તા ખોરાક છોડવો.

ત્રીજી શિર્ષાસન કરવું અને તે વધારતાં પા કલાક સુધી થઇ શકે તેટલું નિયમિત કરવું.

ચોથું આરોગ્યવર્ધિની બે વાલ સવારે તથા બે વાલ સાંજે દુધ સાથે લેવી. રાત્રે દરરોજ ઉંચી જાતની હરડે તો. ૧૦ અને સુંઠ તો. ૧ સાથે ખાંડી તેની ફાફી પાવલીબાર સુતી વખતે લેવી. ઉપરના ઉપચારો અને કાળજી રાખવાથી સારણુ નીચે ઉતરતી બંધ થશે અને છ મહિના લાગઠં નહિ ઉતરે એટલે વચલું છીદ સાંકડું થઇ જશે. ફરી નીચે ઉતરવાનું બંધ થશે. (આરોગ્યવર્ધિની શાસ્ત્રીય પાઠ છે અને ફાર્મસી અથવા વૈદ્યને ત્યાં મળશે. નંબર પહેલાની લેવી.)

*

(૬૭) લાઘ વિનોદચંદ્ર-મુંબઇ

આપનો પત્ર મળ્યો. મારા પોતાના માટે આપની કેટલીક સલાહ બાબત આપનો પ્રથમ તો હું આભાર માની લઉં.

હવે આપ લખો છો કે મારે ‘બહુરૂપી’ ના બદલે કેાઇ બીજા આપની દૃષ્ટિને સારા લાગતા પેપરમાં લખવું. કારણ કે સારા પેપરના વાચકો હાઇકલાસ હોય છે એમ આપ માનો છો.

અથમ તો હું એમ પૂછું છું કે હાઇકલાસ વાયક અને સારા પેપરનો અર્થ શો ? હું તો એને જ હાઇકલાસ કહી શકું કે જે પેપર માણસના માનસ ઉપર ભુગુપ્ત પેદા ન કરતું હોય, જેનું વાયન નિર્દોષ હોય.

જેમાં પ્રેમી પ્રેમિકાના કિસ્સા ભર્યા હોય, જેમાં ખટપટ, કાવા-દાવા, ટીકાત્મક લેખો, અર્થહીણ ખોદણી હોય અને જે હુંશાતુંશીથી ભરચક હોય, એવું વર્તમાનપત્ર મનુષ્યના માનસ ઉપર કેવો વટોળ પેદા કરે છે અને ક્યાં ઘસડી જાય છે ? વાયનથી જ્ઞાનવૃદ્ધિ જરૂર થાય છે પરંતુ કેટલુંક જ્ઞાન એવું પણ છે કે તે મનુષ્યના જીવનમાં પલટો કરાવી આપે છે.

વળી હાઇકલાસ કહેવાતા વાયકોએ તો બહુએ પુરતકો વાંચ્યાં હોય છે, અને અનેક ગ્રંથોના વાયન પછી તેમનું મનરૂપ નાવકું ભરદરિએ ઝુલતું હોય છે. એટલે કોઇ વાતની તે સ્થિરતા કરી શકતા નથી.

‘બહુરૂપી’નો વાયક બાળક છે અને યુવાન છે, પુરૂષ છે અને સ્ત્રી પણ છે. માબાપો ખુશીથી બાળકને વાંચવા ‘બહુરૂપી’ આપે છે, પતિ ખુશીથી પત્નીને ‘બહુરૂપી’ વાંચાવે છે. ‘બહુરૂપી’ એ નિર્દોષ વાયન છે. નથી તેમાં પ્રેમના કિસ્સા, નથી ઘૃણાભર્યા ટીકા-ત્મક લેખો. તેમાં છે રૂસાવાથી બચવાના ઉપાયો, સહાસિકતા, સ્વાવ-લંબીપણું, શુદ્ધિચાતુર્યના માર્ગો, અને સ્વાસ્થ્યરક્ષાના ઉપાય. તેમાં એવું જ વાયન પિરસવામાં આવે છે. એથી ભાઇ ને બહેન, પતિ ને પત્ની, પિતા ને પુત્ર ખુશીથી એકી સાથે ‘બહુરૂપી’ વાંચી શકે છે. અને મારા માટે ‘બહુરૂપી’ ચોખ્ય છે તથા હું ‘બહુરૂપી’ને લાયક છું. મારા લેખો એ સત્ય ઘટનાભર્યા સાચા જ્ઞાનથી ભરપુર છે. વાણી-વિલાસ, આડંબરી ભાષા અને જોડકણાંથી ઉપજાવેલી નવલિકાનો હું લેખક નથી.

(૯૮) સુશીલા બહેન-મુબઈ નં.૭

બહેન, આપનો પત્ર મળ્યો. દુઃખ અને કંટાળાભર્યા પત્રથી ખરેખર મને દયા અને લાગણી પેદા થાય છે. આપનો પ્રશ્ન છે: ઉંચાઈ વધારે, શરીરનો વર્ણુ શ્યામ, મોઢા ઉપર ફવાટી હોય, ઉપર પુરૂષની માફક આછી મૂછની આકૃતિ. એવી રીતની કદરૂપતાને કારણે આપના પતિને આપ ગમતાં નથી, પતિના કુટુંબમાં તિરસ્કાર અને અપમાનને પાત્ર બન્યાં છો. આ દુઃખથી આપે આપઘાતની ધમ્મી કરેલી પણ આપની સખીએ બચાવી લીધાં અને આપે મને એ બાબતમાં માર્ગ બતાવવા પત્ર લખ્યો.

વારૂ, બહેન! તમારી હાલતને માટે જવાબદાર પ્રથમ તો તમારાં માતાપિતાને હું ગણું છું. કારણ કે સ્ત્રીઓમાં સ્ત્રીત્વને બદલે પુરૂષ જેવાં અંગઉપાંગો થવાનું કારણ માતાપિતાનો સમાગમકાળનો દોષ છે.

આયુર્વેદશાસ્ત્ર કહે છે કે ઋતુકાળ પછી પતિપત્નીના સમાગમ વખતે પુરૂષ નીચે રહી પત્નીને ઉપર રાખી સમાગમ આદરે છે એટલે પુરૂષયોગ્ય ક્રિયાને સ્ત્રી કરે છે અને એ વખતના સમાગમથી જો પ્રજા રહે છે તો એ પ્રજા વિરૂદ્ધ જાતિની પ્રકૃતિ અને અંગોવાળી ઉત્પન્ન થાય છે તથા હાવભાવવાળી પ્રજા થાય છે.

તે જન્મથી મરદ હોવા છતાં તેનું બોલવું ચાલવું, હાવભાવ અને વાણી સ્ત્રી જેવાં હોય છે. જેવી રીતે પુરૂષ આ પ્રમાણે નારી-જાતિના સ્વભાવના જેવામાં આવે છે, તેવી રીતે સ્ત્રીઓ પણ પુરૂષના જેવાં આચરણવાળી, અર્થાત મોઢા ઉપર આછી મૂછ, શરીરનો દેખાવ, ચાલવાની ગતિ, અવાજની ઘરસટતા વગેરે પુરૂષ પ્રકૃતિનાં બિહો જણાય છે.

પરંતુ એવાં સ્ત્રી અથવા પુરૂષ સંસારને લાયક હોતાં નથી એમ નહીં. તેઓ સંતતિ પેદા કરી શકે છે અને સંસાર પણ ચલાવી શકે છે. માત્ર તેમનામાં સ્વજાતીય સુંદરતા ઓછી હોય છે.

એટલે તમને સુંદરતાની ઓછપનો વારસો માતાપિતાએ આપ્યો છે, અને તમારી કુરૂપતા માટે તેઓ જ જવાબદાર છે. કુદરતે આપેલા શરીરને ઉપચારથી ફેરવી શકાતાં નથી. અર્થાત સ્વામ્યામડી ગોરી નથી બનતી, ઉંચાઇમાંથી ટુંકા નથી બનાવું અને જન્મના સ્વભાવો પણ બદલાવી શકાતા નથી.

પરંતુ આપનાં લક્ષ કરતી વેળાએ આપને માટે પતિ પસંદ કરતી વખતે આપનાં માતાપિતાએ શ્રીજી પણ ગંભીર ભૂલ કરી છે. આપને કદરૂપો જન્મ આપ્યો એ ભૂલ કરીને એ અટક્યાં નથી. પરંતુ તમારી શારીરિક સ્થિતિને સમજતાં પણ તેઓ ભૂલ્યાં છે.

કેટલાક પુરૂષો પત્ની પસંદ કરવામાં અતિ સુંદરતાને નજર સામે રાખે છે. કબૂલ કરવું ઘટે છે કે માનવસ્વભાવમાં સૌંદર્ય પ્રત્યે પ્રીતિ રહેલી છે. પરંતુ તેનો પણ આધકાર અને હદ હોય છે. સૂર્યનો પ્રકાશ અત્યંત સુંદર અને પ્રિય છે છતાં ધ્રુવને તે અપ્રિય થઇ પડે છે.

એટલે પોતાના સ્વરૂપને છાજતી સામેની સુંદરતા પણ હોવી જોઇએ.

એવી જ રીતે પુત્રી માટે પતિ પસંદ કરનાર પિતાએ પ્રથમ પુત્રીની ચોખ્ખતા, તેના ગુણ, સ્વરૂપ અને સ્વભાવનો બરાબર અભ્યાસ કરીને ત્યારપછી તેને માટે પતિ નિર્માણ કરવો જોઇએ. કેટલીક વખતે ધનવાન, આબરૂદાર અથવા મોટાઇના પ્રવાહમાં તણાતા પિતાઓ, કુળવાન અને રૂપવાન પતિ મળવાથી પુત્રી સુખી થશે એમ માને છે; અથવા આબરૂદાર કુળમાં પોષાય એવા પુત્રીના દેહાર ન હોવા છતાં લાગવમ્, શરમ્, લાંચ, (ચાંદલો) આપીને પણ પુત્રીને સારે ઠેકાણે વરાવી સાફ કહેવડાવવા અને દુનિયાનો જજ આટલા બનવું કરી, ભવિષ્યનો વિચાર કર્યા વગર પુત્રીને પરણાવી પારકી

કરે છે; અને પછી થોડા દિવસમાં સ્વભાવ, ગુણ અને સ્વરૂપનાં કળેડાં નીપજવાથી પુત્રીને પોશ્વપોશ્વ આંસુએ રડવું પડે છે અથવા જીંદગીનો અંત આણવાનો પ્રસંગ કદાચ આવી લાગે છે. માતૃપિતાની ખોટી મમતા, દંભ અને સમાજનાં દુષ્ટ બંધનોથી થયેલાં આવાં લગ્નોની આગમાં સેંકડો યુવતીઓ ભડ ભડ બળી રહી હોય છે. એનાં છુપાં આંસુ અને હૃદયની વેદના અસહ્ય હોય છે. તેઓ જ્યારે એ નશ્વર શરીરનો અંત આણે છે અને થયેલા આપઘાતનો એકરાર હેવટની ધડીએ કરે છે ત્યારે મૂખ માતાપિતાની આંખ ઉઘડે છે.

બહેન, તમારા પિતાએ તમારે સંબંધ કરતી વખતે પહેલો વિચાર કરવો જોઈતો હતો. પોતાની પુત્રી ઓછા સ્વરૂપવાળી છે, માટે જોને માણસની જરૂર છે, જે સ્વરૂપનો નહિ પણ ગુણનો, સાચા સહૃદયીપણુનો, કુશળ પંનીનો ગરજુ છે એવા પતિની પસંદગી કરી હોત તો તમારે રડવાનો આ સમય ન આવત.

આપણા જાતિના વાડાએ। અત્યારે એવા કેટલાય વિધમાન છે કે જેમાં પુરૂષો એ અક્ષર લખ્યા હોય, પોતાનું ગુજરાન સારી રીતે ચલાવવા શક્તિમાન હોય, પરંતુ તેમને કન્યા મળતી નથી. એક કારણ એ હોય છે કે એચાર હજાર રૂપીઆ કન્યા લાવવા માટે તેને જોઇએ છે અને મહા મહેનતે એકાદ કન્યા તે સંપાદન કરે છે, તો જીવનમાં અમૂલ્ય-મહામૂલ્ય વસ્તુની પેઠે તેને સાચવે છે, તેની કીંમત કરે છે. બીજું કારણ એ કુળમાં ઉતરતો હોય છે એટલે ઓછો કુળવાન હોવાથી બીજા ગમે તેવા સહુગણોથી થોડા હોવા છતાં કુળવાનપણામાં અંધ બનેલાંઓની પસંદગી તેના ઉપર ઉતરતી નથી. એટલે એમને આખી જીંદગી કુંવારા રહેવાનું હોય છે.

આ તો જાણે પુરૂષની વાત થઇ. કન્યાઓમાં પણ આવી જ દુઃખદાયક મિના છે. એક વર્ગ કન્યાવિક્રય કરનારો છે, જ્યારે બીજો વર્ગ સાતસો અને તેરસોનો ચાંદલીઓ કુળવાન વર શોધનારો પણ છે.

આ વરવિક્રય અને કન્યાવિક્રયના મહા પાપે વિશેષ શોષાવું તો સ્ત્રી જાતિને પડયું છે. જ્ઞાતિ અને વાડાઓનાં ગુંગળામણ અસહ્ય થઇ પડવાથી એ બંધને જોનાથી તોડી નથી શકાતાં, તેઓ એ બંધને ટપી જઇને આંતરજાતીય લગ્નો કરી જ્ઞાતિ તથા સમાજબંધન, બંનેની લોહશુંખલાઓ-વર્તુલોથી એટલાં દૂર દોડી જાય છે કે પછી તે પેટ ભરીને દીર્ઘશ્વાસ લઇ શકે છે, તેમની બધીએ ગુંગળામણો તેથી નાશ થઇ જાય છે.

એટલે આપના પિતાએ આપને માટે જે પતિ શોધ્યો છે તેને બદલે જરાક ઓછા સ્વરૂપવાળો, ઓછા કુળવાળો, સહૃદયી અને સ્ત્રી એ પણ મનુષ્ય છે એટલું સમજનારે પતિ શોધ્યો હોત તો પણ ધણું હર્ષ.

હવે તો બહેન, તમારે મૂળા મોઢે દુઃખ સહન કરવાનું છે. પતિને કાઢી રીતે તમે ઉપયોગમાં ન આવી શકો તેમ હોય તો તેમને તમારે ઘણી ખુશીથી સ્વરૂપવાન બીજી પત્ની કરવાની છુટ આપવી. તમે જે છુટાછેડા કરવાને લાયક જ્ઞાતિનાં હો તો તમારે છુટાછેડા કરી લઇ, કાઢીક ઉદ્યોગ, કળા અને હુનર શીખીને સ્વાવલંબી રહી શકાય, સ્વતંત્રતા જાળવી શકાય એટલાં તૈયાર થઇ જવું જોઇએ. અને છુટાછેડા ન કરી શકો તો એ ઘરમાં-પત્નીને પત્ની તરીકેનો મોહ-માન્યતા છોડી એક ઘરની દાસી જેટલો અધિકાર માની મૂળા મોઢે સેવા કરવા લાગશો, એટલે તમારે માટેનું વાતાવરણ બદલી જશે. આપણાં દંભી ઘરસંસારીઓને વશ કરવાં હોય તો એક સેવા કરવા સિવાય બીજો કાંઇ ઉપાય નથી.

પરંતુ બહેન, આવા મનુષ્યદેહનો આત્મઘાતથી વિનાશ કરવો એ યોગ્ય નથી. શરીર એ તો જડ વસ્તુ છે. એ સ્વરૂપવાન હોય કે કદરૂપું હોય એથી આત્મા કાંઇ રંગરૂપથી લેપાતો નથી. એનો અકાળે ઘાત કરવો એ ઠીક નથી.

મનુષ્યશરીરનું પતિને પસંદ કરવાનું અને સંસારમાં સંતાનોનો વધારો કરવાનું જ માત્ર ઇતિકર્તવ્ય નથી, હો એન ! મનુષ્યશરીર એ તો મહાન વસ્તુ છે. તે ધર્મ, અર્થ, કામ, મોક્ષ, ચારે પુરુષાર્થ સિદ્ધ કરી શકવાને સમર્થ છે. તમે ધારો અને સંસારનો, સાસરાનો, પતિનો મોહ છોડો તથા ‘વસુધૈવ કુટુંબકમ્’ની ભાવના નજર સામે રાખો તો એક સંસારી પતિની પત્ની કરતાં તમે આ દુનિયા માટે ધાણું કરી શકો.

આપણે આપણા વિચારોના ચોક્કામાં એસારેલા આત્માના સાચા પ્રકાશને જોઈ શકતા નથી અને તેની શક્તિનું માપ ખોટી રીતે કાઢી એસી રહીએ છીએ અને જ્યાંસુધી કસોટીની સરાણુ ઉપર તેને ધસવામાં આવતો નથી, જ્યાંસુધી તેના પેલ પડતા નથી ત્યાંસુધી તેનો પ્રકાશ ફેલાતો નથી, તેની ચમક નજર ઉપર આવતી નથી.

પ્રથમ દુર્બળતા છોડી દો, માન-અપમાનની ભાવના કાઢી નાંખી, સદ્ગુણોની છાયા બિછાવવા લાગો. તમારાં ટીકાકારો, વિરોધીઓ અથવા ધરમાં પતિ અને નણુંદ, સાસુ, વગેરે માટે પણ એક વખત એક ક્ષણ માટે પણ ખોટા વિચાર, પ્રતિસ્પર્ધાપિણું ન લાવો, અને શાન્તિથી સહનશીલતા, નમ્રતા, સેવા, અને સદ્ગુણોનો વરસાદ વરસાવો. જુઓ પછી તે તમારા કુરૂપને બૂલી જશે.

બીજું, આપને માટે ઉપચાર શું બતાવું ? શરીરબદલો થઇ શકે એવા કોઇ ઉપચારો હોતા નથી. માત્ર મોઢા ઉપરની ફંવાટી માટે રાત્રે પ્રથમ ગરમ પાણીથી મોઢું અને મૂછનો લાગ ધોઇ નાંખી આખા મોઢા ઉપર છાણાની રાખોડી લગાવી નડા દુવાલથી જોરથી ધસવાથી ફંવાટી જતી રહેશે. દરરોજ એ પ્રમાણે કરવું જોઈએ. એક દિવસ માત્ર બળ અજમાવવાની જરૂર નથી. પાંચ પંદર દિવસ હમેશાં એમ કરવાથી સારો લાભ થશે.

(૯૯) શ્રી. વાચક—સુરત

પત્ર મળ્યો. આપના સવાલોના જવાબમાં—(૧) કંઠને કામળ બનાવવા માટે તેલ, મરચાં, આમલી વગેરે કંઠ બગાડનાર પદાર્થો ખાવા નહીં જોઈએ. પાન ખાવાથી કંઠ સુધરે છે તે વાત ખરી છે, પરંતુ એ પાન તમારી જાતે બનાવેલું હોવું જોઈએ અને તેમાં સોપારી, તમાકુ વગેરે ન હોય. નિયમસર પાન ખાવાથી કંઠને લાભ કરે છે. ‘પુત્રદા અને પારણું’ એ પુસ્તકમાં પાન સાથે ધાણા ખાવાનું લખ્યું છે તે બરાબર છે.

(૨) શરીરમાં ગરમાઇ મટાડવા માટે કોઇ પણ દવા કરતાં કાળી દ્રાક્ષ દરરોજ દશ તોલા લેવામાં આવે અને રાત્રે સૂતી વખતે સારી જાતની હરડે પાવલીભાર પાણી સાથે લેવાય તો પણ સાફ છે. ગુલકંદ, આંખળાનો મુરખો, લીંબુનું શરબત, ખસનું શરબત, વગેરે ગરમાઇ મટાડનાર છે. એવા પદાર્થો લેવાથી શરીરમાંની ખોટી ગરમાઇ મટી જાય છે. શરીરમાંથી આવી ખોટી ગરમાઇ મટી જવાથી શરીર ઉપરના ખીલ નાબૂદ થશે.

*

(૧૦૦) શ્રી. રામ—કરાચી

આપના દર્દની સ્પષ્ટતા મારે કરવી ઠીક નથી. જેવી સેંકડો સુવાનોની ફરિયાદ છે તેવી તમારી છે. છતાં તમારી ફરિયાદમાં એક રામકહાણી છે.

એક માણસ કુહાડી લઇને પોતાનાં બકરાને માટે ચારો પાકવા, એટલે નીચે જોએલાં પોતાનાં બકરાને ઝાડનાં પાંદડાં ખચકાવવા માટે ઝાડ ઉપર ચઢે, પછી એક ડાળ ઉપર એસીને તે ડાળને કાપનારો પાંદડાં પાડી નથી શકતો; પણ પોતે જ પડે છે. એટલે સામી પાટીને સંતુષ્ટ કરવાની ખાતર પોતાના શરીરમાં તાકાતનું દેવાળું હોવા

છતાં અને સમાગમ પછી નબળાઇ, ચક્કર, તોડફોડ અને મૃતપ્રાયઃ અવસ્થા ભોગવનાર માણસ દલીલ કરે કે ખીજની સંતુષ્ટતાની ખાતર મને મોતના મુખમાં જવાથી ફરજ પડે છે એ પણ આશ્ચર્યકારક ઘટના છે.

અદ્રોહ્ય જેવી કોઇ સારી વસ્તુ હમેશાં લ્યો અને સમાગમ પહેલાં તૈયાર કરી રાખેલું ગરમ કરીને ઠારેલું અર્ધો શેર દૂધ પીઓ તથા અઠવાડિયાથી વધુ ગાળો સમાગમકાળનો રાખો તો ટેકા રહેશે. સમાગમ પછી તુરત પાણી પીનાર સ્ત્રી-પુરુષ બન્નેને બચકર રોગ થાય છે તે ખ્યાલમાં રાખવા જેવું છે. ખીજનું એ કે આવક પ્રમાણે ખરચ કરનાર જ ઇજ્જત બચાવી શકે છે એ પણ બૂલવું નથી જોઈતું.

*

(૧૦૧) છોટાભાઈ પ્રાણશંકર દવે—સુરત

ધણો વખત સજેખમ રહેવાથી ધ્રાણુશક્તિ એટલે કે ગંધ-દુર્ગંધ પારખવાની શક્તિ નાબુદ થઇ ગઇ છે તેના ઉપાય માટે—

૧ ખાવાની—મહાલક્ષ્મીવિલાસ રતી ૨, શિતોપ્લાદિ ચૂર્ણ રતી ૪, બાર પહોરી પીંપર રતી ૧૧—એક વખતનું માપ.

આ માપથી દિવસમાં બે વખત સવાર સાંજ મધ સાથે લેવાનું રાખો.

૨ સુંધવાની—ગાયના ઘી તો. ૧૦ માં જસુદના ફૂલ તો. ૨, અરણીનાં પાન તો. ૧—બન્ને નાંખી ચુલા ઉપર ચઢાવી ગરમ કરવું. ફૂલ અને પાન લાલ રંગનાં થઇ જાય એટલે નીચે ઉતારી ગાળી લેવું. ત્યારબાદ તેમાં એસીડ કાર્બોલીક તો. ૧ નાંખી, એ ધીને એક શીશીમાં ભરી રાખો. દિવસમાં બે ત્રણ વખત જરા ગરમ કરી સુંધવાથી સજેખમ નાબુદ થશે, ધ્રાણુન્દ્રિય સતેજ થશે અને ગયેલી ગંધ-દુર્ગંધ પારખવાની શક્તિ પાછી આવશે. દસ્તની કબજીયાત ન થાય તેની કાળજી રાખશો અને પ્રાણાયામ કરવાનો અભ્યાસ રાખશો. જરૂર સફળતા મળશે. આ ધલાળો અનુભવસિદ્ધ છે.

*

(૧૦૨) શ્રી. કે. એમ. શાહ—મુંબઈ

પ્રિય બાઈ ! આપનો પત્ર મળ્યો. પત્ર માંહેની સંપૂર્ણ હકીકત વાંચી. આપના પત્રનો સારાંશ આ છે : ધનવાનના પુત્ર. ધરમાં માતા સિવાય કોઈ નહિ. મિત્રોની સંગતે વેશ્યાઓનો સંબંધ. દોઢ વરસથી લમ. પત્ની દરેક રીતે યોગ્ય હોવા છતાં વેશ્યા જેવો પ્રેમ નહિ બતાવી શકવાથી, પત્ની સાથેનો સમાગમ તુચ્છ અને અરસિક લાગે છે. તે ગમે તેટલો પ્રેમ બતાવે છતાં વેશ્યા જેટલો આનંદ નથી આપી શકતી. અને હવે શું કરવું એ વિષે માર્ગ પૂછો છો :

તમારા કથનમાં એક વિશેષતા જોઈ છે. તમે એટલું માનો છો કે પત્ની સાથે પ્રેમ કરે છે છતાં અરસિક લાગે છે, અને વેશ્યાનો ખોટો બનાવટી પ્રેમ છતાં રસિક લાગે છે.

રસિક લાગવા છતાં ખોટો એ ખોટો અને અરસિક લાગવા છતાંય સાચો એ સાચો. અને એ રીતે સાચા-ખોટાનો ભેદ તમારી બુદ્ધિએ સ્વીકાર્યો છે તથા તમે સમજતા થયા છો, એ પણ પરમ કૃપાળુ પરમાત્માની તમારી ઉપર થોડીક રહેમ છે ખરી.

યુવાન અવસ્થા, લક્ષ્મી, હોદ્દો અથવા મોટાઈ અને અવિવેકીપણું એ ચારે પૈકી એક હોય તો પણ તે અનર્થ કરનાર છે, અર્થાત કુમાર્ગે લઈ જનાર છે. તો પછી જ્યાં એક જ ઠેકાણે ચારે વાનાં હોય અર્થાત યુવાની હોય, લક્ષ્મી બરપુર હોય. ધરમાં કોઈ કહેનાર-પાછો વાળનાર ન હોય અને પોતે કરી શકેલ કામ સાંઈ છે કે નહાં તેને સમજવાની વિવેકબુદ્ધિ ન હોય તો તેનાથી કયો અનર્થ ન થઈ શકે ? બાઈ, એ જાતના આપ છો. લક્ષ્મી, મોટાઈ, યુવાની, અને વિવેકરહીતપણું એ ચારે વાનાં આપનામાં છે. એટલે

આપ વેશ્યાની સોબત કરો, ઉપદ્રવ-ચાંદીના ભોગ ખનો, પછી પત્નીને તમારી પ્રસાદી આપો ! એ સિવાય બીજું તમે કરો પણ શું ?

ગર્ભશ્રીમંતના બાળકોની સેંકડે પોણોસો ટકા આ જ હાલત દેખાય છે. કંઈ દિશાએ સૂર્ય ઉગે છે અને ક્યાં આથમે છે તેનું એમને ધણું ઝોણું લાગે હોય છે. લાઇ, ગરીબ યુવાન બિચારા મુસીબતે નિર્વાહનાં સાધનો સંપાદન કરી પોતાના ગુજરાનની વેતરણમાં પડ્યા હોય અથવા ક્યાંકથી સ્કોલરશીપો કે મદદો મેળવી વિદ્યાભ્યાસ કરતા હોય તેમને આવી મસ્તીઓ ક્યાંથી સાંભરે ? અને નિર્ધનની દોસ્તી કરનાર પણ ઝોણા મળે છે. જેમાં લોહી નથી તેને માંદ શા માટે કરડે ? એ તો લોહીથી લચપચતાને દંશથી નવાળે છે કે જેથી મીઠું લોહી ચુસવા મળે.

શ્રીમંતના બાળકો આશ્ચકાળથી જ મોજશોખથી ટેવાયલા હોય છે. તેમના આહાર, વિહારમાં અને હરવા-ફરવામાં વિલાસ અને વૈભવ ઝળાં ઝળાં થઇ રહ્યા હોય છે. શરૂઆતમાં નિર્દોષ જીવિતથી એ વૈભવ વિલાસને તે ભોગવે છે. પરંતુ વાસના એમાંથી જ જન્મે છે અને તે પોતાની તરફ બહુ જલદી ધસડી જાય છે. કારણ કે વિલાસ અને વાસનાની વચગાળની કેડી આસના જેટલી સુંવાળી અને લપસણી છે.

ધનવાનમાં સંયમ કેવો ? એ સંયમનાં સ્વપ્ન પણ તે જોઈ શકતો નથી. સંયમ અથવા મર્યાદામાં રહી વૈભવની મોજ માણનાર એને કંજુસ લાગે છે અને એ છુટા દિલે દુનિયાનાં પંચરંગી બગીચામાં ફરવા લાગે છે. પછી તેના મિત્રો તેને જુનાર, વ્યસનો, વેશ્યા, અને વ્યભિચારની લત લગાડે છે. કેમકે એવી લત લગાડ્યા સિવાય મિત્રો ધનિકની ગળચટી સુખડી મેળવી શકતા નથી.

પરિણામ એ આવે છે કે એ ધનવાનનો પુત્ર દુનિયાના સજ્જન-પણામાં રહી શકતો નથી. તેને કાં તો લક્ષ્મીનું દેવાળું કાઢવાનું હોય છે, કાં બુદ્ધિનું, અને કાં તો છેવટે પુરુષત્વનું તો જરૂર.

હવે વેશ્યા એ તો વેશ્યા જ છે. એનો પ્રેમ કેવો છે? ધનનું હરણ કરવાનો! અને એની ટાપટીપ કવિત્વમાં કરી એ તો:

‘ચંદ્ર સમ સુખ તેરો ભૂકુટી વિશાલ ભાલ,
ચંચલ છે ગાલ ખાલ ભુજંગ સમાન હૈ;
નૈનનમેં દોઉં ભરે કાજળ અનંગ સ્થાન,
ભાન ભૂલ જાય સ્તન ગૌરે ગુલાબ હૈ;
ખાંકી લટક ચલે કટીક કટક દેખ,
દુખલી ઉદર પર નાલિ વિશાલ હૈ;
‘ચાદવ’ કહેજી તેરો રૂપ બહોત અચ્છો, મગર
દહ્ય દેખું તો જેસી સુજૈયાકી ધાર હૈ.’

એ ટાપટીપ, હાવભાવ, નખરાં અને નૈનકટારી માત્ર—આગતુંકનાં ધનહરણ કરવાની જાળ છે. એ પ્રકાશ કુદાં—પતંગના પ્રાણ હરનારો છે, અને એને ચુસીને ખાલી કરી ફેંકી દે છે.

ઘણાને મનોહર ચાળ માંહેની સ્વચ્છતા અને ચવિત્રતાવાળી રસોષ નથી ભાવતી; અને સડેલું દહીં, આંબલીનું પાણી, મરચાં અને મલોખાં જેવી સેવથી ભૈયાજીએ કાગળના કકડા ઉપર ભાવથી ભેગી કરી આપેલી ભેળ ભક્ષતા માટે ઘણાય દ્રામમાં એસી અને ગાડી ભાડે કરીને ચોપાટી ઉપર જાય છે; અને શ્રાદ્ધમાં ખીરમાં બોળેલી રોટલી ખાતા કાગડાની માફક કનૈયાની ગોળી (ભૈયાનું આંબલીના પાણીનું હાંડણું)ની ફરતા એ ગોપાળોને જ્યારે આપણે ભેળનું ભક્ષણ કરતા ભાળીએ છીએ ત્યારે તેમની કરણી ઉપર શું આપણને દયા નથી ઉપજતી ?

પરંતુ એ દોષ તેમનો નથી પણ તેમના સર્જેલા સ્વભાવનો છે. એમ તો હું એક કાઠિયાવાડના દરબારને ઓળખું છું. તેમની આવક પાંચ લાખથી વધારે છે. તેઓનો સ્વભાવ

એવો છે કે દરરોજ એમને ખાટીયું (ખાટી રગડા જેવી કઢી) અને રોટલો જ ખાવા જોઈએ. સાત પકવાન્નો હોય, ગમે તેવી મીઠાઈ હોય, વાર કે તહેવાર હોય, પણ એમને રોટલો અને ખાટીયું જ જોઈએ. કોઈને ત્યાં તેમનું સ્વાગત થયું હોય અને તેમને ઉત્તમ પકવાન્નો ધરે, પણ જો ખાટીયું-રોટલો જૂથ્યા હોય તો તે વખતે દોડાદોડી કરી હાજર કરવું જ જોઈએ. એમાં એમનો દોષ પણ શો ? દોષ તો એમના સ્વભાવના ધડનારાનો જ ને ?

એટલે વેસ્થાથી વશ થયેલા તમારા ચિત્તને ખતિવૃત્તા, સુશીલા ગૃહિણીથી સંતોષ ક્યાંથી થાય, બિરાદર ? આપ ફરિયાદ કરો છો કેની સોબતથી ચાંદી થઈ અને મુસીબતે મટાડી, છતાં તમારું દિલ એ તરફ આકર્ષાય છે, એનો પ્રેમ બનાવટી છે, છતાં એ તમે તમારા મૂર્ખ મનને મનાવી શકતા નથી. એ તમને ક્યાં ધસડી જશે તે તમને માલુમ છે ?

બાઈ, હજી પણ સમય છે. તમારા દિલને સમજાવો અને પત્ની-ધરાયણ બની સુખી થાઓ તો ધણું સાફ. નહિ માનો તો હાડમાંસમાં જ્યાંસુધી કસ રહેશે ત્યાંસુધી ચુસાઈને જ્યારે કડકા-બાલુસ બની જશે ત્યારે તમે ફેંકાઈ જશો. એ કરતાં સમજી વિચારી એ બચાવ આપતને છોડી દો અને નીતિના માર્ગ ઉપર આવો.

બાઈ, આપનાં પત્નીને સગર્ભાવરથા છે એટલે આપને ભય છે કે નીપજનાર પ્રગ્નને કદાચ તમને થયેલી ચાંદીને વારસો મળે તો ? બનવાજોગ છે. જો તમારાં પત્નીને તેની અસર થઈ હશે તો બાળકને પણ થવાની. વિષયી અને વેસ્થાગામીના શરીરમાંથી પેદા થયેલી પ્રગ્ન વધુ નહિ તો તેના જેવા સ્વભાવની થાય એ તો ધણું જ સ્વાભાવિક છે. બાળક એ માતાપિતાનાં શરીર, વિચાર, અને વર્તનની પ્રતિકૃતિ છે.

*

(૧૦૩) સાયકલીસ્ટ-ભાવનગર

સોળ વરસની ઉમર, પેશાબ પીળા આવે છે અને આખા ગુપ્ત ભાગમાં નબળાઈ હોવાનો વહેમ છે. તમને લાગે છે કે તે ભાગ ટુંકો, પાતળો, નબળો તો નહિ હોય !

પ્રથમ તો હું આપને એમ પૂછું છું કે આટલી નાની વયમાં આપને ગુપ્ત ભાગ માટે આટલી કાળજી કેમ થઈ આવી ? તે ભાગ ટુંકો છે, પાતળો છે, એમ તમને માનવાનું કારણ શું ? જાહેર ખબરો ! હા એ વાત પણ ખરી છે. એવી સેંકડો જાહેર ખબરો મેં પણ વાંચી છે કે જેઓ ટુંકા, વાંકા અને પાતળાપણાના દર્દોની સારવાર કરતા હોય. આટલા આટલા વેપારીઓ જ્યારે ટુંકા, વાંકા ને પાતળા-પાણુની કાળજી ધરાવતા હોય તો એ જાતનાં દરદીઓ પણ સેંકડો નહિ ને હજારો હોવા જોઈએ. અને દરદી ન હોય, વાસ્તવિક તેમને સાચું દરદ પણ ન હોય, તો પણ ‘શંકા એ સંકટનું કારણ’ની માફક દરરોજ નજર સામે આવતા અહેવાલથી પોતાને જ શંકા થાય કે ગુપ્ત ભાગમાં વિકાર તો નહિ હોય ! અને એ શંકા થઈ પછી તો બકરાને કુતરૂં કહેનાર પેલા વટેમાર્ગીની વાત તો તમે સાંભળી હશે કે બકરાને કુતરૂં કહી ફેંકી દેવાયું. એમ રોજ રોજની આ સિદ્ધવાણી વહેમને ચોકસ કરે છે કે જરૂર ટુંકાપણું અથવા પાતળા-પણું હશે. કાંઈને પૂછી શકાય નહિ, કાંઈની સલાહ પણ લેવાય નહિ.

પણ બાપ, તમે ખોટો વહેમ રાખો નહિ. કાંઈ પણ કારણ વિના કુદરત એવા અંગની ખોડ મૂકે નહિ. તેમાં તેનો સ્વાર્થ શો ? વાર, હાલ તો અગ્રણ અને તીખાશવાળા પદાર્થો બંધ કરી સોડા બાય કાર્બો બને વાલ દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લ્યો એટલે પેશાબ સફેદ આવવા લાગશે, અને કેળાં હમેશાં એકદમ બે ખાઓ. કાંઈ રોગ નથી અને ગુપ્ત ભાગની નબળાઈ નથી. ખાલી તેને છંછેડશે નહિ. જરૂર જણાય અને વીશ વરસ પછી લગ્ન કરવાનો પ્રસંગ

આવે ત્યારે કાંઈ નિષ્ણાતની રૂબરૂ સલાહ લેશો. કદાચ થોડી ઉચ્ચ હશે તો તે પુરી દેશે. હાલ તો વિદ્યાભ્યાસમાં ચિત્ત લગાડો એ જ તમારે માટે શ્રેષ્ઠ છે.

*

(૧૦૪) સી. એમ. પટેલ—ભાવનગર

તમારો પત્ર મળ્યો. તમારા પ્રશ્નોના ઉત્તર આ નીચે છે. માત્ર તે પૈકીમાં થોડા પ્રશ્નો અશ્લીલ છે. તેનો જવાબ જાહેર રીતે આપી શકાય નહિ. ઇચ્છા થાય તો આરોગ્યાર પુછાવશો.

પ્રશ્નો (૧) શીતળાનાં ચાકાં છે તેનું શું કરવું? (૨) શરીરમાં અશક્તિ છે તેનું શું કરવું? (૩) સ્થામ મોઢાને ઉગળું કેમ બનાવવું?

ઉત્તર (૧) શીતળાનાં ચાકાં ઘણાં જીનાં થઈ ગયા પછી એટલે શીતળા થઈ મયાને વીરા વરસ વીતી ગયા પછી તે સુધારી શકાતાં નથી અને ઘણું કરીને છ વરસ સુધી તેના ઉપાયો કરી શકાય છે. એટલે સઘ ઉપાય આ માટે નથી જણાવી શકતો. છતાં અગાઉ એક બહેન જેમની 'સેતલવડ'ની આટક છે તેમને રાખોડું ઘસવાનો ઉપાય બતાવ્યો છે તે અજમાવો.

(૨) શરીરમાં અશક્તિ અનેક કારણે હોય છે. ધાતુની નબળાઈથી, કાંઈ બિમારી આવી ગયા પછી સ્નાયુની નિર્મળતાના કારણે, લોહીની ઓછાપથી, વધુ પડતા શ્રમથી, વગેરે કારણોને લીધે નિર્મળતા હોય છે. જ્યાંસુધી તેનું કારણ જાણવામાં ન આવે ત્યાંસુધી તેનો ઉપાય સચવી શકાય નહિ. એક અંગની નિર્મળતા છે કે સર્વાંગની? એ બધું ચોક્કસ જાણવું પડે છે અને તે પછી દવાની યોજના કરી શકાય છે. દાખલા તરીકે મગજની નબળાઈવાળાને મોતી, છાપ, પ્લાહી, શાંખાવલી, વજ, સુવર્ણમાક્ષિક વગેરે દ્રવ્યોની જરૂર હોય છે. લોહીની નબળાઈવાળાને લોહભરમ, મંકુર, આરોગ્યવર્ધિની, હરડે, મજીક કે મંજીકાદિયુક્ત જેવાં દ્રવ્યોની યોજના થાય છે. એટલે ચોક્કસ નિદાન અને કયા અંગની નિર્મળતા છે તે તમોએ લખ્યું નથી.

ત્યારે ઉપાય પણ કેમ જણાવી શકું ? માટે વધુ ખુલાસો કરવો હોય તો હવે સીધો પત્ર લખશો એટલે જરૂરી સૂચના આપીશ.

(૩) શ્યામ મોઢું ને ઉજળું—એ દ્વિઅર્થી આપનો પ્રશ્ન હું બરાબર સમજી શક્યો નથી. દુષ્કૃત્ય કરનારનું મોઢું પણ શ્યામ બને છે અને એ જ્યારે પાપનું ખરા દિલથી પ્રાયશ્ચિત્ત કરે છે, જગત-નિયંતા પાસે પોતાના કૃત્યની ગદગદ કંઠે માફી માગે છે ત્યારે તેનું શ્યામ મોઢું ઉજળું બને છે.

ઉજળવળ મુખ એટલે તેજસ્વી મુખ. ધ્વજ્જ્યર્થ પાળનાર, સત્કર્મ કરનાર, સંયમ જાળવનાર, સત્ય વદનારનું મુખ રંગે બલે સફેદ ન હોય તો પણ કાન્તિમાન હોય છે; અને કદાચ કુદરતી રીતે ચહેરા તમારો શ્યામ હોય તો દરરોજ દુધની અથવા દહીંની તર ચહેરા ઉપર રગડશો તો જરૂર તેજસ્વી બનશે. પરંતુ એમ છતાં પણ તમારા ચહેરામાં તેજ આવે એમ મને નથી લાગતું. કારણ કે તમારા બાકીના બે ત્રણ પ્રશ્નો જેના ઉત્તર હું નથી આપી શકતો, એ પ્રશ્નો જેમાં તમારા મનનું કિલ્લપણું અને વિષયીતા એવાં કુટીલ છે કે તમે તેજસ્વી ચહેરા બનાવી જ નહિ શકો. વીર્યવાન જ હમેશાં તેજસ્વી અને પરાક્રમશાળી હોઈ શકે છે.

મને માફ કરશો ! પણ જણાવી લઉં છું કે પાછળના પ્રશ્નો આપે જે પૂછ્યા છે તે એવા શંકરમજનક છે કે તેનો ઉત્તર આપવો એ મારા જેવાને માટે કપરો છે. ‘બહુરૂપી’ પોતાનું કોલમ ઉઘાડી પોતાના વાચકોનાં તન મનની નિર્જળતા દૂર કરવા આહે છે, નહિ કે તમારા જેવા અત્યંત વિષયીને વિષય ભોગવવાની વિવિધ તર-કીબો સમજાવવા !

મારી કલમ તમારા એ પ્રશ્નોનો જવાબ લખતાં કુંઠિત થઈ જાય, અને જેમાં માફ અને મારા વાચકોનું ઉંચું ગૌરવ હણાય એવા પ્રશ્નો કોઈએ પૂછવા ન જોઈએ. લખનારાઓએ જરા દિલ અને શુદ્ધિને નશ્વારહીત બનાવી પ્રશ્નો પૂછવા જોઈએ.

(૧૦૫) આશાવાદી-ક્રીસુમુ (આફ્રિકા)

આપનો પત્ર મળ્યો. આપનાં પત્નીને ગુપ્ત લગ્નમાંથી સફેદ પ્રવાહી દરરોજ અઢીથી પાંચ તોલા જેટલો પડે છે. અશક્તિ અને ઝીણો તાવ એ દરરોજની ફરિયાદ છે અને શરીરનું વજન ઘટતું જાય છે.

બાપ, આ વ્યાધિને વૈદક શાસ્ત્રમાં ચેત પ્રદર કહે છે. અગ્નિ-જ્વમાં એને દ્યુકારીયા કહે છે. આ વ્યાધિ થવાનાં ધણાં કારણો છે. તેની આપણે અહીં ચર્ચા નહિ કરીએ. પરંતુ આ વ્યાધિથી અમારે ધણી સ્ત્રીઓ હાલખેહાલ થઇ રહી છે.

વ્યાધિ એવો છે કે તે ધીમે ધીમે આગળ વધતો જાય છે. તેના કારણે શરીર પ્રતિદિન ઘસાતું જાય છે. સ્ત્રીઓના શિરપર ધરનું કામકાજ, તથા બાળબચ્ચાં ને ધરના માણસની સારવાર હોય જ છે. આ ઉપરાંત તેને ખાસ જે વસ્તુની-આરામની જરૂર છે તે તો, તે બિચારીને મળતો જ નથી. એ આરામ એટલે પુરૂષ સમાગમથી બચવાનું.

પ્રદર એ ગુપ્ત માર્ગનો વ્યાધિ છે. ગર્ભાશયના મુખ ઉપર સોજે. ચાંદુ કે આળું હોય છે, ત્યાંથી આ ધાતુ આવ્યા કરે છે. એ ભાગને બિલકુલ આરામની જરૂર હોય છે, ન્યારે સ્ત્રીની પોતાની મરજી ન હોવા છતાં પતિને ખુશ રાખવા ખાતર પણ તેને સમાગમમાં પ્રવૃત્ત થવું પડે છે. એથી ધર્ષણને કારણે આજો-સોજવાજો ભાગ ઉત્કેરાય છે અને પ્રદર વધવાને કારણે મળે છે.

આ દશામાં જો સગર્ભાવસ્થા થઇ તો તો આવા દરદથી અસ્ત સ્ત્રીની પુરતી કમબખ્તી થાય છે અને પ્રસવકાળ વખતે મોત અને આ બાદને જે તસુનું છેડું રહે છે. આવનાર બાળક પણ પ્રદરના કારણે અનેક વ્યાધિઓને સાથે લેતું આવે છે.

જેવી રીતે સમાગમના કારણે આ વ્યાધિમાં વધારો થાય છે તેવી જ રીતે ખોરાકની પણ અસર થાય છે. તેજ, જનન ઉપરના બોળનની, મુંઝવણની અને આર્થિક ઉપાધિઓની પણ અસર થાય છે. ચિંતા અને ચીડીઓ સ્વભાવ પ્રદરને વધારે છે તથા પ્રદર ચિંતા અને ચીડીયા સ્વભાવને જન્માવે છે.

આવી સ્ત્રીઓ ચીડીયા સ્વભાવની જ હોય છે-થાય છે; કારણ કે તે શરીરમાં કમતાકાત હોય છે અને તેમને ધરનો બધો બોળો વહન કરવાનો હોય છે. અગાઉનાં જો એકાદ બે બાળકો હોય છે અને તે કનડતાં હોય છે તો તો આવી સ્ત્રીનાં વાણી અને વર્તનમાં યુદ્ધભૂ-મિત્ર વાતાવરણ જન્મે છે.

માર, ઝુક, ક્રોધ, કંકાસ અને કલેશ એ બધા તેના શરીરની દુર્બળતામાંથી જન્મે છે અને તેનું શરીર ચુસાઇ જાય છે.

કેડો ફાટવી, હાથપગ તુટવા, અશક્તિ, માથાનો દુઃખાવો, પેદામાં ભાર, અટકાવની અનિયમિતતા, શરીરમાં તપાસો, હાથપગની અંદર દાહ અને કોઠે વાયુ, મંદાગ્નિ, ઝાડાની કબજિયાત, ઉંઘમાં સ્વપ્નાં, ઝબકીને જાગી જવું અને શરીરના સ્નાયુની ધ્રુગ્ગરી: આ બધાં લક્ષણો ઓછાવધતા પ્રમાણમાં જણાય છે. તેના જીવનમાં આનંદ કે સંસારસુખમાંની મજા ઉડી જાય છે. તે એક યંત્રની માફક કામ કરે છે, પેટમાં નાંખવા ખાતર ખાય છે, પતિને ખુશ રાખવા ખાતર તે સમાગમ કરે છે. પણ તેનામાં આનંદ, અમીઝરણાં અને ઓજસ કંઈક દિવસના સુકાઇ ગયાં હોય છે.

આના ઉપાય તો સેંકડો છે અને નથી. પ્રદરનાં દરદીઓ પાંચ પચીશ નહિ પણ હજારો મારી પાસે આવ્યાં છે, અને તેમની સાથે મહિનાઓ સુધી ઔષધોના ઉપચારને કારણે હું પરિચયમાં આવ્યો છું. અને એ અનુભવ ઉપરથી એક બાબત સ્પષ્ટ થઇ છે કે આવી સ્ત્રીઓને ગમે તેવી સરસ દવા આપવામાં આવે તો પણ તેનાં બહા-

રનાં કેટલાંક કારણો, જેવાં કે બદ્ધચર્ય, શાંતિ, કલેશ અને ક્રોધર-
હીતપણું, સાત્ત્વિક આહાર, વગેરે ઉપર સંપૂર્ણ કાળજીપૂર્વક નિયમન
મૂકવામાં નથી આવતું તો પ્રદરનો વ્યાધિ સદંતર અને સંપૂર્ણ
મટતો નથી. તેનું એક કારણ એ પણ જોયું છે કે કેટલીક બહેનો
ઉપચારની શરૂઆતમાં ખાવાની, પીવાની, પહેરવાની, ડુશ લેવાની
દવાનો બરાબર ઉપયોગ કરે છે. પરંતુ સાધારણ ફાયદો થયો, ફરક
પડ્યો એટલે એમની દવા ઘટ્ટું કરીને એમની ગટર અથવા ખાળ-
કુંડી પીતી હોય છે. પતિ મહાશય પૂછે કે દવા લાંબી ત્યારે બનાવટી
જવાબ આપે છે. પરંતુ તેઓ અમારી પાસે આવે અને જરાક યુક્તિ-
પૂર્વક પૂછીએ ત્યારે જણાય કે અનેક અઠવાડિયાનાં પડીકાં સંગ્રહેલાં
પડ્યાં હોય, અને પ્રવાહી દવાઓ વહેતા પાણીમાં પધરાવી દીધી
હોય. છતાં જોયો બરાબર પદ્ધતિસર અને નિયમસર દવાઓ લે છે
તેમનો ગમે તેવો જૂનો પ્રદરનો વ્યાધિ હોય તો પણ કાળમાં આવીને
શરીર સુધરે છે. એટલી વાત ચોક્કસ છે કે જેમ જૂનો તથા વધારે
બદ્ધચર્યાળો વ્યાધિ તેમ દિવસો પણ વધુ લાગે છે. કોઈ સમજે કે
ચાર દિવસમાં અટ દધીને મટી જાય, એવો મારી જાણમાં કોઈ ઉપ-
ચાર, ઉપાય કે નુસખો નથી.

જો કોઈ ઉપચારક એવું સમજાવતો હોય તો તેની કાળેલીયત
વ્યાધિ મટાડવામાં નહિ પણ દરદીના ધનને તસ્કરવામાં સરસ ગણાય.

ઔષધો પ્રકૃતિ પ્રમાણે જુદાં જુદાં આપવાં પડે છે. એક જ
જાતનાં ઔષધો બધાંને માફક નથી આવતાં. પરંતુ મારે ત્યાં ખાસ
વપરાતી ઔષધી નીચે મુજબ છે:

સુવર્ણ બંમ, પ્રવાળ પીટી, ગળોસત્ત્વ, સુવર્ણમાક્ષિક ભસ્મ,
પ્રદરાંતક લોહ, પ્રદરાંતક મંદુર, શ્વેતાંબ ભસ્મ, જોદંતી હરતાલ,
નામકેશર, પુસ્પાનુમ ચુર્ણ, ચંદ્રપ્રભા, શંશમની નં. ૧, શંશમની નં. ૨,
શંશમની નં. ૩, મુક્તાપીટી, કેરબાની પીટી, સુવર્ણ વસંતમાલતી.

ઉપરની દવાઓમાં ફેરફાર કરી પ્રકૃતિ પ્રમાણે ચોખના કરીને ચોખના ધોવરામણ અને મધ સાથે, તથા કેટલાકને મુલકંદ સાથે પણ આપું છું.

સાથે ગુપ્ત ભાગમાં પહેરવાની ગોળી અથવા મુકવાની પ્રવાહી દવા અપાય છે. ક્યારેક અશોકારિષ્ટ સાથે દ્રાક્ષાશ્વ મેળવી પીવરાવવામાં આવે છે. આ બધા ઉપચારોથી આશાનીત સંપૂર્ણ લાભ થાય છે. મહિનો, બે મહિના કે ત્રણ મહિના સુધી ઉપચાર કરવા પડે છે.

એટલે આપ આપનાં પત્નીને લઈ ઉપરના ઉપચારો માટે યોગ્ય વૈદ્ય પાસે જાઓ અને દવા લ્યો. આપને ઇન્જેક્શનોથી લાભ નથી થયો, વીજાયતી દવાઓ પીવરાવી ચાક્યા છો, પરંતુ આપને આવા દેશી ઉપચારોથી લાભ થશે એમ હું ખાતરીપૂર્વક કહું છું.

*

(૧૦૬) એચ. એમ.-નૈરોબી

ભાઈ, તમારો પત્ર મળ્યો. તમારી હકીકત વાંચી. તમે લખો છો કે-‘મારી હકીકત વાંચી તમેને પણ લાગી આવશે.’ મને શા માટે લાગી આવે ? જે માણસ છતી આંખે આંધળો બની કૂવામાં પડે અને પછી ડૂબતાં તરફડીયાં મારે તથા બચાવવા પોકાર કરે, તેને માટે શા વારતે લાગી આવે ?

તમારી કુટેવ અને નબળાઈ કેટલી હદ વટાવી ગયાં છે તેનો વિચાર કરો. ‘કામોત્તેજક નવલકથા વાંચવાથી વીર્યસ્રાવ થઈ જાય છે’ એ તમારા શબ્દો. ખરેખર કેટલા ભયંકર અને પુરૂષ જાતિને અપમાનજનક છે ? તમારા અંતકરણ ઉપર વિષયવાસનાઓ કેટલી સવારી કરી રહી છે અને મનની કેટલી બધી નિર્બળતા છે એનો તમે ખ્યાલ કરો.

ઉપાયો તો સેંકડો છે. પરંતુ જેની રિયતિ એકાદ વિષયાનુરાગી વિચાર આવતાં જ વીર્યસ્રાવ થવા જેવી હોય છે, તેને શું દવાઓ કામ કરશે ખરી ?

મનનો સંયમ રાખી, વિષયી વાચન બંધ કરી, ઇશ્વરપરાયણતામાં દિલ પરોવો. સ્ત્રીસંબંધના વિચારો, વાચન, દર્શન, સ્પર્શ, વગેરેથી અલગ રહો.

ગોખરૂં પંચાગ મળે તો તેને ખાંડી તેના પાઉડર જેટલી તેમાં સાકર મેળવી, એકેકે તોલો સવાર, બપોર, સાંજ ફાંકો, અને

કૌંચા શેર ૦૧, મુશલી તો. ૫, બળખીજ તો. ૧, શતાવરી તો. ૨૧, વિદારીકંદ તો. ૨, બહુફળી તો. ૫, કાળા તલ તો. ૧૦, ગોળ શેર ૧, ધી શેર ૧, ચાંદીના વરખ તો. ૧.

પ્રથમની સાત ચીજોને ખાંડી ચારણીથી ચાળી લ્યો. બાદ ધીમે તાપે પેશ્તીમાં ધી મૂકી અંદર ગોળ નાંખી ગરમ થઇ ધી ઉપર ગોળ તરવા લાગે એટલે ખાંડેલી દવા તથા ચાંદીના વરખ નાંખી હલાવી નીચે ઉતારીને એક ચાળી. અથવા તાસમાં ઠારી તેની સુખડી બનાવો.

દરરોજ સહવારમાં આ સુખડી પાંચથી આઠ તોલા સુધી ખૂબ ચાવીને ધીમે ધીમે ખાઓ અને ઉપર પાશૈર, અરધાશૈર ગરમ કરી ઠંડું દુધ પીઓ.

ધાતુસ્રાવ બંધ થશે, વીર્ય નહિ જાય, સ્વપ્નદોષ નાબૂદ થશે અને શરીરમાં શક્તિ આવશે. પરંતુ તમારા મન ઉપર અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે સંયમ જરૂર રાખશો.

(૧૦૭) રમણીકલાલ-જેતપુર

પત્ર મળ્યો. તમારા ટી. બી. અને તેના આદિઅંતની હકીકત જાણી,

તમે માનતા હો અથવા ડાક્ટરોએ કહ્યું હોય એથી તમને ક્ષય જ છે એમ હું માની લેવા તૈયાર નથી. ક્ષય કોને કહેવો એની શીલ-સુશીમાં આપણે નહિ ઉતરીએ, પરંતુ તાવ અને ખાંસીની જોડીથી ક્ષય માનવાને હું તો તૈયાર નથી. આકી દુનિયા આખી, અરે હરકોઇ જીવ પ્રાણી માત્રનો ક્ષય તો છે જ. ભાષ, દુનિયાનો કોઇ પણ એવો પદાર્થ અતાવશો કે જેને ક્ષય ન હોય ? ૫૦ વર્ષ જીવનાર જન્મ્યો અને દશ વર્ષનો થયો એટલે એટલાં વર્ષનો ક્ષય. આકી હવે ૪૦ વર્ષ રહ્યાં અને દિવસે દિવસે એમાંથી પણ ક્ષય !

તમે તો ક્ષયના દર્દ માટે કહો છો અને તમે માનો છો એમ તમે ક્ષયના-ઘટવાના દર્દી છો. પણ જેમ ઘટશે એમ વધશે. શા માટે એનો કય રાખો છો ?

એક વાત કરો. તમારા પત્રથી મને એક વધુ પ્રકાશ સાંપડ્યો છે. તમારા પત્નીથી ત્રણ વરસ માટે દેશવટે ન જઈ શકો ? એટલે કે તમે ખેડ લાંબો સમય જુદાં પડો તથા ધ્વજચર્યનું પાલન કરો, એ તમારો વ્યાધિ મટવાની આવી છે.

ડાક્ટરોનાં ઇન્જેક્શન અને દવાથી કંટાળ્યા હો તો દેશી દવા શરૂ કરો. બહુ મજેનાં ઔષધો આર્યવેદમાં પણ છે. બિરાદર, ધ્વજચર્ય રહેશે એટલે તમને ઔષધ પણ વધુ માફક આવશે. મારી પાસે આવવું હોય તો પણ ક્યાં ના છે ?

(૧૦૮) એક સોરઠવાસી-પુના

વૃષણુમાં એક તદ્દન નાનો અને સાધારણ દુઃખાવો છે. સાય-કલ ફેરવવાથી થયું હશે ? સ્થિતિ સારી છે અને પૈસા પણ ખરચી શકે તેમ છે. ઉપરની બિના આપના પત્રની છે :

જો જન્મથી જ વૃષણુની આવી રીતે અસમાનતા હોય તો મારા માનવા પ્રમાણે સુધારી શકાતી નથી. પરંતુ જો અમુક વખત પછી થઇ હોય તો સુધારવામાં વાંધો નથી આવતો. પરંતુ મહાશય, આપને આ બાબત થોડીક બિના પુછવાની રહે છે. એનો ઉત્તર આપ સાચો આપશો તો જ હું માર્ગ જતાવી શકીશ. એટલે જવાબ આપ મને સીધો જ લખશો. ‘બહુરૂપી’માં પત્રવહેવાર ન ચાલી શકે.

પ્રશ્નો—

(૧) પ્રમેહ થયેલો કે ?

(૨) માંદો ?

(૩) મૈથુનકાળમાં વીર્ય રોકી રાખવાની ખોટી ટેવ છે કે ?

(૪) ચોટ અથવા આઘાત વૃષણુ ઉપર લાગેલો ખરો ?

(૫) જીઠો થયેલો કે જેમાં દુઃખાવો છે એ વૃષણુ હલનચલન કરી શકે છે ?

ઉપરના પ્રશ્નોનો જવાબ લખશો, માર્ગ જતાવીશ અને સાષ્ટકલ ફેરવવાનું આ જવાબ વાંચો તે જ દિવસથી હમેશને માટે બંધ કરશો. સાષ્ટકલ પગના સ્નાયુ, ગુપ્ત ભાગ અને વૃષણુની નસો ઉપર ખાસ અસર કરે છે, અને લાગઠ દશ વરસ સાષ્ટકલ ચલાવનાર છેવટે ટ્રામના ધોડાની માફક ઉતરી જાય છે.

(૧૦૯) દેસાઇ દોલતરામ આર.—વલસાડ

પુત્ર મળ્યો. ‘રખે વહેમાતા’ આપને ધણું ગમ્યું તે જાણી આનંદ. પ્રકરણ ૧ માં આંખના ઉપાયમાં બતાવેલી પાલી અર્થાત્ બાવળનાં પાંદડાં સમજવાં. એ અધ્યાહાર રહી ગયો છે. ત્રીજી આવૃત્તિમાં સુધારી લઇશું. આવો ઉત્તર આપે સીધો મગાવવો જોઇએ. પોસ્ટેજના ખરચ ખાતર ‘બહુફી’નાં નકામાં પેજ બગાડવાં ઠીક નથી.

*

(૧૧૦) હરિદાસ—મુંબઈ

પુત્ર મળ્યો. ૧૬ વરસની ઉંમર અને આપને ઘોળા વાળ, તેનું કારણ અને ઉપાય પૂછો છો :

ભાઈ, વીશમી સદીની એ પણ એક વિચિત્રતા છે. પાંચ વરસની છોડી ચરમાં પહેરે અને ૨૧ વરસનો જીવાન સફેદ વાળ ધરીને બુદ્ધો બને છે !

ઇશ્વરકૃપા તો હવે જન્મતાંની સાથે સફેદ વાળ લઇને જ આવનારાં બાળકો પણ જોવા મળે તો એ સંભવિત છે.

બુદ્ધિ અને તર્કથી વધેલી વીશમી સદીની પ્રજા શરીરની સંપૂર્ણતા માટે પાછળ રહી છે. તમો ‘આત્મેલીપાં’ તેથી અને વેસેલાઇનો નાંખી વાળનાં મૂળ બાળીને સફેદી નહિ લાગ્યા હો. તેમ આપણે માની લઇએ, તો પછી તમારાં માતાપિતાના પ્રતાપે પણ તમને સફેદ વાળનો વારસો મળ્યો હોય. કાળા વાળ કરી નાંખવાની વિદ્યા હું નથી જાણતો. માત્ર કસરત, સાત્ત્વિક આહાર, વીર્યરક્ષા, શિર્ષાસન, માથામાં આંખજાનું તેલ, અને દર વરસે ૨૧ શેર આંખનાં પેટમાં જાય તો વધુ વાળ ઘોળા થતા અટકે. આંખનાં એકલાં જ વાળને ઘોળા થતા અટકાવે છે. તેને ખાવાં જોઇએ અને માથામાં તેલના રૂપમાં ધાલવાં જોઇએ.

બીજી વનસ્પતિ છે ભાંગરો અથવા ભુંગરાજ. એ પણ વાળને કાળા કરવામાં ઉપયોગી છે. કાળા એટલે કલપ અથવા રંગ લગાડી કાળા કરવાનું હું લખતો નથી. પણ સ્વાભાવિક કાળા કરવાનું કહું છું. એ તાકાત ઉપરની બેઉ વનસ્પતિમાં છે.

*

(૧૧૧) શ્રી. સીસોદીયા-અમદાવાદ

પત્ર મળ્યો. બળર બધી ચીજો બંધ કરીને (સાથે ચહા પણ) તમે વર્ધમાન પીપરીનો પ્રયોગ કરો.

પ્રયોગની રીત-સવારમાં દાતણપાણી કરી અરધો શેર ગાયના દુધમાં એક લીંડી પીંપર સારી જાતની નાંખી દુધ ગરમ થકવું. દુધ ઉકળવા લાગે એટલે નીચે ઉતારી પ્રથમ પીંપર ચાવી જવી અને ઉપર દુધ પીવું.

બીજા દિવસે એ પીંપર નાંખી દુધ ઉકાળી પીંપર ચાવીને ઉપર દુધ પીવું. દર પાંચ પીંપરે પાશેર દુધનો વધારો કરવો અને ૨૧ દિવસ વધવું. બાદ એકેક પીંપર ઓછી કરતાં કરતાં ૪૨ દિવસે બંધ કરવી.

ખાવામાં ચણાની કોષ્ટ પણ વાનગી કે ખાંડની મીઠાઈ અને બટાટા બંધ કરી, દાળ, બાત, રોટલી, શાક, દુધ, છાશ વગેરે ખોરાક લેવો.

સાધારણ રીતે આ પ્રયોગ તમને મામુલી લાગશે. પરંતુ તે અજબ કામ કરે છે. પાચનશક્તિ સુધારે છે, અશક્તિ, તોડ, ફાટ, નબળાઈ, લોહી નહિ બનવું, વગેરે નાબૂદ કરે છે. ઝીણું તાવ, શરદી, સળેખમ, ખોટી ખાંસી, વગેરે મટાડે છે. ગરીબોને આશીર્વાદ સમાન છે. જરૂર અજમાવો અને સુખી થાઓ.

*

(૧૧૨) ભાઇ કીટાલી-આફ્રિકા

પત્નીને ગુપ્ત ભાગમાં ગરમાઇ છે. વળી સગર્ભાવસ્થા છે. ખૂબ દાહ થાય છે. તે માટે શું કરવું? વળી ઉપર પાછો આ અવસ્થામાં સમાગમ થાય કે કેમ તે પુછાવો છો ?

હું એમ પૂછું છું શ્રીમાન, કે સગર્ભાવસ્થા છે, અસહ્ય દર્દ છે, ગરમાઇ છે, ગર્ભ રહ્યાને ત્રણ મહિના થઇ ગયા છે. તો પણ હજી સમાગમની પાશવિક વૃત્તિ આપની પાછી વળતી નથી ? દિલગીર થવા જેવું છે ભાઇ, અરે જરીકે લાગણી નહિ તો દયાને તો સ્થાન હોય ને ! હૃદય જેવી વસ્તુ જેને હોય તે આવી સ્થિતિમાં સમાગમ કરવાની ઇચ્છા તો શું પણ વિચાર સરખોય ન કરી શકે. હું તો આપને ત્યાંસુધી સૂચના કરું છું કે ભાવી પત્નીને બાળક સવા વરસનું થાય ત્યાંસુધી આપે પત્નીને કપાતે પગારે પણ જ ભોગવવા દેવી બેઠએ.

ઉપાય તો આ રહ્યા: પણ સંપૂર્ણ અલગ્યર્થ પાળશે તો જ ફાયદો થશે, નહિ તો દવાથી ફાયદો બાળુ ઉપર રહેશે, અને આપના વર્તનથી પત્ની મૃત્યુના મુખમાં ધકેલાય તો તેનો દોષ મુશ્કરને ન આપશે.

(૧) હરડે, બહેકાં, આંબળાં, બાવળ, બોરડી, આશોપાલવ, આ વનસ્પતિઓ સરખા વજનને લ્યો અને તેનો દશગણા પાણીમાં ઉકાળો કરો. એ ઉકાળાને ગાળી લઇ તેને દિવસમાં એક વાર સાધારણ ગરમ કરી તેનો કુથ આપો. સવારમાં દરરોજ કુથ લે તો સારું.

(૨) ઝીંસરાઇન તો. ૧૦, એસીડ ટેનીક તો. ૧, બન્ને વસ્તુ મેળવી, પ્રવાહી તૈયાર કરવું, દરરોજ રાત્રે સુતી વખતે રૂનો પોલ

દવામાં બોળી ગુમ લાગમાં પડેરાવી દેા. સ્થવારમાં કાઢી નાખી કુશ્વ લ્યો.

(૩) અવાળ પીછી રતી ૨, નાગકેશ્વર રતી ૩, વાંસકપુર રતી ૨, ગળોસત્વ રતી ૩. આ ચાર વસ્તુ ઉપરના માપે દિવસમાં ત્રણ વખત ગુલકંદમાં ખવરાવો. ગરમ તેલદાર મસાલાવાળો ખોરાક બંધ કરી એક મહિનો દવા આપો. જરૂર આશાતીત લાભ થશે.

*

(૧૧૩) ભાઈ શ્રી-અંજર (કચ્છ)

પુત્ર મળ્યો. આપને અતિશય મેદ છે. મેદ ઉતારવા વેધની સલાહ છે કે ફરવા જાઓ, પણ ધંધામાંથી નવરાશ મળતી નથી, સ્ત્રીસંગ બરાબર નથી થતો, વયમાં જ શીથીલતા, વગેરે.

મનુષ્ય ભોજન લઇને હરતો ફરતો નથી અને માત્ર એક જ આસને બેસી રહે છે તેને મેદ થાય છે, કારણ કે ખોરાકમાંથી અનુક્રમે સપ્ત ધાતુ પદ્ધતિસર બનવા જોઇએ, તે નહિ બનતાં આમર-સમાંથી મેદ બનવા લાગે છે અને એ મેદ ઘણું કરી પેટમાં, પેઢામાં, સાથળ અને પાછળના નિતંબ (કટીની નીચેનો ભાગ) ઉપર વધે છે,

આ મેદ જ્યાંસુધી કાંઇક હદમાં હોય છે ત્યાંસુધી ખાસ વિરૂદ્ધ અસર થતી નથી, પરંતુ તે જ્યારે વધુ પડતો થાય છે ત્યારે શરીરની બધી ક્રિયા ઉપર તેની અસર થાય છે.

મેદવાળો ઝપાટાબંધ ચાલી શકતો નથી, ત્યારે દોડી તો ક્યાંથી શકાય? બેસવાથી ઉઠવું, ઉઠવાથી ચાલવું અને ચાલવાથી દાદર ચઢવો એ એને માટે એક આદ્યત સમાન હોય છે. મેદવાળાને મેદકારક વસ્તુ વધુ ભાવે છે. ઘી, ભાત, મીઠાઈ, ગાંઠીયા વગેરેની એ તડી બોલાવે છે અને શરીર કુશ્વું જાય છે. પસીનો પણ એટલો આવે છે કે વાત ન પુછો. શરીરમાંથી વાસ આવતી અને શરીર અસ્વચ્છ દેખાવું એ મેદવાળાને જરૂર

હોય છે. તેની સાથે શરીર ઠંડું રહે છે. સ્ત્રીઓને મેદ થયા પછી પ્રજા થતી નથી. મેદવાળો ચાંલી જ શકતો નથી, કારણ કે સાથળ એટલા બધા પુલી ગયા હોય છે કે એક સાથળ સાથે બીજો બસાઇને ચાંદીઓ પડી જાય છે. એટલે ફરવા જવાનું તો અત્યંત મેદવાળાથી બનતું નથી. મેં તો એવા મેદવાળા જોયા છે કે જેને ‘રાવણુરૂપ’ કહીએ તોએ ખોટું નહિ. મારા એક મિત્રનાં પત્ની મુંબઈમાં હતાં હાથ તો ધ્રુવરે એમના ઉપર દયા કરીને સ્વર્ગમાં જઞ્યા કરી આપી છે, એટલે એમને મુંબઈના ત્રણત્રણ માળના દાદરાનાં એટલે સ્વર્ગનીસરણીનાં પગથીયાં ચઢવાં પડતાં નથી. પરંતુ તેઓ શ્રીમતી જ્યારે મુંબઈ નગરી મધ્યે બિરાજતાં હતાં તે વખતે તેમના શરીરનું વજન અઢાર મણનું હતું.

આ વાત કાંઈ અડસટ્ટાની નથી. પરંતુ એમનું વજન કરાવી તોલમાપ શીખેતું છે. એટલે તેમાં જરાએ અતિશયોક્તિ નથી. તેઓ જ્યાં ખેડાં હોય ત્યાંથી ઉભાં થવું હોય ત્યારે પ્રથમ ખેડે હાથ જમીન ઉપર મૂકી તે ચતુષ્પાદ થાય અને પછી પલંગની ઇસ કે બારીનેા સળીયો અથવા મારા જેવાનો હાથ પકડી ખાસી મજેથી અરધાએક કલાકના બાગિરથ પ્રયત્ને ઉભાં થાય, અને ચાલે એટલે શ્વાસ તો ધમણુ કુંકાતી હોય તેવો લાગે અને પરસેવાના રેલા ચાલુ જ હોય.

તેઓ ખેડાં હોય અને જો કદાચ એમને ચતાં સુવગવી દેવામાં આવે તો એમને પડખાભેર થઇ ખેડું થવું અશક્ય બને. અરૂપક્ષી પૃથ્વી ઉપરથી ઉડી પાંખો ફફડાવતું સ્વર્ગમાં જઇ પાછું ફરે તોય એ પડખાભેર થઇ શકે જ નહિ. હાથપગ વીંઝ્યા કરે, ઉઠવાને ઝાંવાં માર્યાં કરે, પણ ઉડી જ શકાય નહિ. આ તો જાણે મારાં મિત્રપત્નીની વાત છે. પણ એક સંત પુરૂષ મેં જોયેલા, જેમને બિચારાને મેદ એટલો કે હાથ ગુદા સુધી પહોંચે જ નહિ. એટલે તેમણે એક છોકરા પગારદાર ગુદા ધોવા રાખેલો.

પ્રજ્ઞુ આવા મેદવાળા પરાધીન શરીરથી સહુને બચાવે. પણ પ્રજ્ઞુ બચાવે કય રીતે ? તમે જોટલો ખોરાક લ્યો જોટલી કસરત કરો અને ફરવા જાઓ તો મેદ થાય જ નહિ. અને મેદ થવા લાગ્યો હોય છતાં જો તમે દરરોજ ચાર ચાર માઇલ ફરી આવો તો થતો અટકી જાય. પરંતુ જો પુરેપુરો મેદ થયો તો પછી તમે એમાંથી છુટી શકો એ આશા રાખવી નકામી છે.

મેદવાળા ઘણું કરીને નપુંસક જ થઇ જાય છે. મેદ જોટલો બધો વધે છે કે તેથી ગુપ્ત ભાગની નસો સંકોચાઇને ટુંકી થઇ જાય છે અને વાયુ વીર્યનું શોષણ કરી ધીમે ધીમે તેને નાબૂદ કરી નાંખે છે. મેદવાળો પુરૂષ પુરૂષાતનવાળો હોય એ તો કોઈક જ ઠેકાણે, અને હોય તો પણ નહિ જોવો જ.

ઉપાય-ઉપાય તો ઘણા છે પણ મેદવાળો જ્યાં સુધી હરવા-ફરવાનું કરતો નથી અને પડ્યો પડ્યો આરોગ્ય કરે છે, તેને કોઇ દવા મેદ ઉતારી શકતી નથી.

પ્રથમ તો એણે ખોરાકમાં મેદ વધારનાર પદાર્થો બંધ કરવા જોઇએ અથવા દૂધ ઉપર રહેવું જોઇએ અને તે લાગડ છ મહિના. તે ઉપરાંત દરરોજ એક માઇલથી શરૂ કરી ચાર છ માઇલ સુધી ફરવા જવું જોઇએ.

આ બહારનો નિયમ શરૂ રાખી, પછી યોગરાજ ગુગળ, અથવા મેદશીથી રસ એ પાંચ તોલા પાણી અને અઢી તોલા મધ મેળવી એની સાથે લેવાનું શરૂ કરે તો જરૂર મેદ નાબૂદ થાય, અને મેદ નાબૂદ થયા પછી ધાતુસ્થાન અને ગુપ્તભાગ સુધારી શકાય. મેદ ગુપ્ત ભાગને સુધરવા દેતો જ નથી. જોટલો આપને કોઇ દવા ખવરાવી પુરૂષાતનદાર બનાવવા માટે તો એ માત્ર આપના ખીસ્સાનો બાર હળવો કરશે. એથી આપને પુરૂષાતન નહિ આવે.

*

(૧૪૪) એક બહેન-મુંબઈ

આપનો પત્ર મળ્યો બહેન, પત્રનો સારાંશ એ છે કે આપ સંતતિ ઇચ્છો છો, જો કે વધુ નહિ. માત્ર એક જ પુત્રની ઇચ્છા છે. પરંતુ એ પુત્ર મનુ ભગવાન જેવો થાય અને દેશનું ગૌરવ, આઝાદી, હાંસલ કરે એવો જોઈએ. વધુ- સંતતિ જે દેશને બાર રૂપ થાય તેવી નિર્રર્થક શા માટે? એ પણ આપનો અરાજ છે.

ધન્ય, લાખો ધન્યવાદ, બહેન! પ્રથમ તો આપના ઉંચા વિચારથી આપની પ્રશંસા કર્યા વગર રહી શકાય નહિ. આપનો સૂર અરાઅર છે કે સૂર્ય સમાન તેજસ્વી એક જ પુત્ર હોય તો રાત્રિના તિમિર-અંધકારને ભેદી જળહળતો પ્રકાશ છવરાય-સમયોચિત પદ-માલિકાનો શ્લોક ટાંકું છું :

एकमपि गुणी पुत्रो न च मूर्खं शतान्यपि ।

एकश्चंद्रस्तमोहंति न च तारा गणोपिच ॥

અર્થાત્ એક પણ ગુણવાન પુત્ર હોય તોયે ઘણું છે. મૂર્ખ સો પુત્રોથી શું? એક જ ચંદ્ર રાત્રિને ઉજ્જવળ બનાવે છે, અણગિત તારાઓથી શું? અરતુ.

ગુણવાન, ધીમાન, જ્ઞાનવાન, શૌર્યવાન, રૂપવાન સંતાનો નીપ-જવવાં એ માતાપિતાના જ હાથમાં છે.

પુત્ર, પુત્રી આદિ સંતાનો-ઉત્તમ સંતાનો પ્રગટાવવાં એ માટે કાંઈ બાજ્ય ઉપર આધાર રાખવાની જરૂર નથી. ‘બાજ્યમાં હોય તો જ થાય’ એ તો નિર્જીવતાની નિશાની.

ઉત્તમ બીજ, સુંદર ક્ષેત્ર મીઠું વારિસિંચન અને પ્રત્યાધાતોથી સંરક્ષણ કરવામાં આવે તો ઉત્તમ સંતતિ, ઉત્તમ રૂળની માફક થઈ આવે છે, બહેન!

હિરણ્યકશ્યપુનો પુત્ર પ્રહલાદ. એ પુરાતન ઐતિહાસિક ઘટના આપે સાંભળી હશે. પૃથ્વીનો વિનાશ કરવા ઉત્કાષ્ઠાત મયાવનાર હિરણ્ય-કશ્યપુની પત્ની કયાધુને ગર્ભ રહ્યો ત્યારે દેવો વધુ ગભરાયા. પિતા તો આટલો જુદા છે અને પુત્ર પણ એ જ પિતાનો નીપજો, પછી બાકી શું રહ્યું?

એથી જ ઇન્દ્રે કયાધુ સગર્ભા હતી તેને ઉઠાવી લીધી. તેનો ઇરાદો એનો વિનાશ કરવાનો હતો, પણ વચમાં નારદ મુનિ મળ્યા અને કયાધુને બચાવી પોતાના આશ્રમમાં લઇ ગયા. પાંચમો મહિનો હતો. મુનિએ ભગવતપ્રાપ્તિ, અધ્યાત્મ વિષય અને શુભ-શિવના ભેદ રૂપી જ્ઞાનામૃતનાં સિંચન કર્યાં. પાંચથી દશ મહિના સુધી એ અમૃતવહનના કારણે હિરણ્યકશ્યપુના જ પુત્ર પ્રહલાદ-ભક્ત પ્રહલાદ થયા.

એટલે 'મહેન, આત્મજ્ઞ લેવું' હોય તો અંબાનો ગોટલો જોઇએ, બાવળ ન ચાલે. તેના મૂળમાં મૃતિકા જોઇએ, નિમક ન ચાલે. મીઠાં વારિ જોઇએ, ખારાશ ન ચાલે. જ્ઞાપ પડવા દેવી જોઇએ, ક્રિતાવળ ન ચાલે.

એટલે પ્રથમ બીજ અને જમિની ઉત્તમતા, પછી સંસ્કાર અને જળસિંચન અને ત્યારબાદ ચોખ્ખું સુમાર્ગે લઇ જનાર માળી-એ બધાં વાનાં પૂરાં હોય, બાવના ઉચ્ચ હોય, આદર્શ પુરૂષના જેવો બાળક બનાવવાની પ્રયત્ન પ્રત્યાજ્ઞાકિત ઉભય સર્જકોને હોય, તો પછી મનુ, રામ, અર્જુન, બીષ્મ, કૃષ્ણ કે કર્ણુ શા માટે ન પાકે? તેઓ મનુષ્યો જ હતા. શિવાજી, પ્રતાપ, દાદાભાઈ પણ મનુષ્ય જ હતા. 'યાદશી માવના यस્ય સિદ્ધિર્નવિતિ તાદશી.' એ રીતે તમે પણ એવો જ પ્રતિભાશાળી, પ્રતાપી પુત્ર મેળવી શકો છો-તેને માટે કાંઈ કાંઈ વૈધકીય આપધની ખાસ જરૂર નથી.

(૧૧૫) નિરાશ—મુંબઈ

પત્ર મળ્યો, બાપ! સ્વમદોષ અને કુટેવ, અને આ અને તે...

જેવા જીવાનોના કાગળો આવે છે અને જેની સંખ્યા સેંકડોની છે તેવો તમારો પણ એક પત્ર વધારે !

હું તો પરમાત્માને પોકારીને અરજ કરું છું કે ઓ જગતનિયંતા ! અમારા યુવાનોને સન્માર્ગે વાળવાનો કાષ્ટ ઉપાય બતાવો. રાજ શેકડાબંધ આ એક જ ફરિયાદના કાગળ મળે છે : બાલકાળમાં કુમિત્રની સોબત, હસ્તમૈથુનની પડેલી ટેવ, એથી થયેલી ધુરાઈ, લામ થવાનાં છે, માફ થું થશે ? કાષ્ટ રીતે બચાવો—દુઃખમાંથી મુક્ત કરો, ખરો મર્દ બનાવો !

હું તો કહું છું કે ચાંદી, ઉપદંશ, કાલેરા, ક્ષયના જંતુ અને બીજા એપી જંતુઓથી પણ વધી જાય તેવો, યુવાનો અને કાલેજી-યનોમાં, આ એક મહા એપી વ્યાધિથી પણ વધુ પ્રસરતો બચાવક એવ છે ! યુવાનીના ઉંબરે ઉભેલો લાલ લોહીથી તસતસતો બાળ યુવાન આ બદીના ફંદમાં ફસાઈ જીવન બરબાદ કરી રહ્યો છે. તેને કાષ્ટ બચાવો !

અને આવી બદીથી રચીપટ્ટી રહેલા રાક્ષસો આ એવ કેટલી જગ્યાએ ફેલાવે છે ?

એક ગામમાંથી એક યુવાન બાપ લખે છે : ‘વૈધરાજ, આ ગામમાં એક માણસ છે, જેઓ ગામ તો સારું શિક્ષણ પામેલા અને સાક્ષરમાં અપતા માણસ છે, પરંતુ એમને રાક્ષસની ઉપમા પણ ઓછી પડે તેમ છે. એ બાપ દશથી ૧૮ વરસના છોકરાને પોતાને ત્યાં બોલાવી તેને હસ્તમૈથુનદ્વારા વીર્યપાત કરતાં શીખવે છે—પોતાના હાથથી જ એમ કરે છે અને એ વીર્યને પોતે ચાટી જાય છે ! હું પણ એનો ભોગ બન્યો છું. ત્યારથી ધુરી આદત પડી છે. મારા

જેવા સેંકડો બાળકો એ રાક્ષસના ભોગ બની ચૂક્યા છે. મારું બતાવો, મારે શું કરવું ?’

કાનના કીકા ખરી જાય એવી આ બદીની બીના મારે કમકમતા હૃદયે અસંત ઓછા શબ્દોમાં એટલા માટે જાહેર પ્રજા સમક્ષ મૂકવી પડે છે કે વાચક આવી બદીથી, આવી બદીના પ્રચારકથી કુમળા યુવાનોને બચાવે.

અને આ પત્ર લખનાર બાઈને તો મેં સૂચના આપી છે કે એ સાક્ષર ગણ્યતા નરરાક્ષસને તમારે સઘળાએ મળી ગામમાં ખૂલ્લો મૂકવો જોઈએ કે જેથી એનું કાળું મુખ તે કોઈને બતાવી ન શકે.

સર્પના રાફડાથી બચવાને માટે તેનાથી દૂર ચાલવા સંબંધમાં માતાપિતા એટલી શિખામણુ બાળકોને આપે છે તેટલી જ સલાહ-સૂચના માતા, પિતા, બાઈ, શિક્ષક, ગુરૂ, મિત્રો જો બાળકોને આ બાજતમાં આપના રહે તો જ આ બદીથી સંરક્ષણ થાય.

બાઈ, આપને ઉપાય જોવા હોય તો મારું ‘રખે વહેમાતા’ નામક પુસ્તક જેમાં સ્વમંદોષ અને નપુંસકતાનો વિષય બહુ જ છુટથી લખ્યો છે અને તેમાં ઉપાયો પણ અનુભવસિદ્ધ આપેલા છે તે આપ જુઓ, વાંચો, વિચારો અને આચારમાં મૂકો. ભવિષ્યમાં આવી બદીમાં ફસાતા અટકા એટલી પ્રાર્થના.

*

(૧૧૬) શારદાબેન-અમહાવાહ

આપનો પત્ર તંત્રી ‘બહુરૂપી’ હિપર લખેલો તેમની પાસે થઈને મળ્યો. આપનો આખો પત્ર જ ઉતારું છું.

‘હાલ મારી ઉંમર ૨૩ વરસની છે. હજુ મારાં લગ્ન થયાં નથી. હું એક મુવકને સાચા હૃદયથી ચાહું છું. મારાં સાબાપ મને તે મુવક સાથે પરણાવવાની સાફ ના પાડે છે. મારો પ્લાલમ મારી સાથે થરણવા પોતાના જીવનાં જોખમો ખેડી રહ્યો છે. મારી ધરજી મારા

બહાલ સાથે પરણવાની છે અને આત્મભોગ આપવા તૈયાર છું. મારો બહાલો મને સીવીલ મેરેજ કરવા સમજાવી રહ્યો છે. પરંતુ મારા બાપ એક રાક્ષસ જેવા છે. તેમના દબાણ સામે મારાથી આંખ પથ્થુ ઉઠી શકતી નથી. આમ હું સુડીની વચ્ચે સોપારીની જેમ કચડાઈ ગઈ છું. આપ મુજ ગરીબને એવો રસ્તો બતાવો કે નિર્વિધને હું મારા બહાલાને મેળવી શકું.’

બહેન, તમારા પત્રના ત્રણ મુદ્દા છે: તમે એક એવા પુરૂષને ચાહો છો કે જેમાં તમારા માતૃપિતા વિરોધ કરે છે, તમે તેને મેળવવા ઇતેજાર છો પણ હીંમત નથી. તમારા બહાલમ જીવનાં જોખમ ખેડે છે.

પ્રથમ મુદ્દો એ છે કે તમને ચહાવાનો ચોપ ક્યાંથી લાગ્યો? જરાએ કરડી આંખ ન કરશો, બહેન! આજે એ ચોપ એટલો કેળવાયેલા વર્ગમાં પ્રસરી ગયો છે કે આંખે પાટા અને કાને આંગળાઓ ધાલી, ફૂવાનું પુરું માપ કાઢ્યા સિવાય તેઓ ધબોધબ અંદર ફૂદી પડવા લાગ્યાં છે.

બહાવું એટલે પ્રેમ કરવો. પરંતુ પ્રેમ કરવાના સ્થાન અથવા પાત્રનો આભુઆભુ-અવળોસવળો વિચાર કરવાની તક પણ લેવી જોઈએ કે નહિ?

પ્રેમની વારતવિક્રતા સમજ્યાં છો? ભૂલશો નહિ કે મોહ અને પ્રેમ એ ન ઓળખી શકાય તેવાં સરખા વેશધારી શસ્ત્રો છે. તેમાં પથ્થુ પ્રેમ કરતાં મોહ એટલો તીવ્ર અને ઉતાવળો છે કે તેનામાં આમેશ પકડવાની, ધીરજ રાખવાની, સહન કરવાની બહુ ઓછી તાકાત છે, એ સ્વાર્પણ બતાવે છે, મરી શીટવા તૈયાર છે, તે ક્યાં સુધી? દેહમાં ભરેલી સૌરભની ખુશખો આવે ત્યાંસુધી. પ્રેમ એ એટલો પામર નથી. તેને દેહ સાથે સંબંધ નથી, બહેન! એ તો આત્માની સાથે ઓતપ્રોત થાય છે. તેને દૈહિક મિલન, લગ્ન, સુંદરતા કે ભોગવવાની જરાએ પરવા નથી, કે નથી હોતો તરવરાટ. એ તો

ભોગ આપવા અહર્નિશ તૈયાર રહે છે. મરનારનાં અસ્થી ઉપર આંસુ વહેવડાવતાં, લાંબી સોડે સુતેલાની કબર ઉપર પુષ્પ ચડાવતાં પ્રેમીઓ તમે સાંભળ્યાં હશે. તાજે દાખલો આપું 'મધર ઇન્ડીયા'ની શીલ્મનો:

એક કેળવાયેલા પુરૂષને જે કુમારિકાઓ ચાહે છે. એક છે ધરમાં ઉછરેલી અને ખીજ છે કાલેજકન્યા.

પરંતુ આ પામર પુરૂષ, દેહથી ડરતી પણ આત્માનાં પ્રેમપૃથ્વી અમીઝરણાં વહેવરાવતી, સેવા અને સ્વાર્પણ માટે જેની એકે અવસ્થા શૂન્ય નથી એવી સરલ કુમારિકાને, પેલી કાલેજ કન્યાના મોહપાશથી બૂલે છે. માતા મનાવવા જાય છે, તેને 'આયા' કહી તિરસ્કારે છે, અને કાલેજ કન્યાને સર્વસ્વ માનનાર પુરૂષ તેની સોજતમાં મસ્ત અને છે. માતાની વિચારસરણી સારી નથી લાગતી એ પુરૂષને. તેવી રીતે તમે પણ પિતાને રાક્ષસ જ કહો છો ને, બેન !

સમય એવો આવે છે કે પુરૂષ અકસ્માતના કારણે આંખે અંધ બને છે, અને પછી કાલેજની કન્યા તુરત ખીજે પ્રેમિક શોધી લે છે, આ યુવકને ધરમાંથી કાઢી મૂકે છે. આખરે સાચા પ્રેમથી ચાહતી પેલી સાદી છોકરી આ આંધળાની સાથી બની, તેની સારવાર અને ઉપાયો કરી તેને દેખતો કરે છે.

બલે શીલ્મની હકીકત કલ્પિત ને ઉપજાવી કાઢેલી હોય. પરંતુ તેની વાસ્તવિકતા તો બરાબર છે. આજે કહેવાતાં પ્રેમ નાટકો આપણા સમાજમાં બજવાય છે, તે આવાં જ પ્રકારનાં હોય છે. ચાહવાનાં બહાનાં તજે નરદમ વાસના બરી હોય છે. અને એ વાસના તમ કરવાનું સરલતાભર્યું સાધન બેઠું હું અને છે, પ્રેમનો પોપટ પાંખો ફૂંકાવી ઉડી જાય છે.

જારદાબેન, હું એમ કહું છું કે ન કરે નારાયણ અને આપને કોઈ એવો અકસ્માત નડે અથવા આપની સુરૂપતામાં ખામી આવે એવી રીતે કોઈ એક આંખ નાશ પામે, પગે લંબડાં બની જાય એ કશીર ઉપર કોઈ નિકળી આવે તો ?

‘તો આપનો બહાલમ આજે જેટલો તરવરાટ અને જેટલી સીલીબ મેરેજની ઉતાવળ કરે છે તેટલી જ જરી રાખે ખરે ? તમે કહેશો ‘હા.’ હું કહું છું ‘ના.’ તમે જે કહો છો એ તમારા દિલની નિર્દોષતા છે. તમે માની બેઠાં છો એટલો એ સાચો પ્રેમ નથી ધરાવતો, બહેન ! આજે પ્રેમના બહાને ઘણી કુમારિકાઓ મોળાઈને છેતરાઈ છે. લગ્ન પહેલાં પુરૂષોએ જણાવેલાં બારેલાં સરોવરમાં લગ્ન પછી પથરાય ઉડતા નથી હોતા ! ખાલી આંબલી પીંપળી બતાવી મોટી મોટી વાતો અને હવાઈ ઇમારતો બાંધીને તે ફાસલાવે છે. કુમારિકાઓ સર્વ સાચું માની, કુળ, માતા, પિતા, સર્ગાસંબંધીનો ત્યાગ કરી, એક નવા જગતમાં જઈ પડે છે, જ્યાં માત્ર તેને એક પતિનું અવલંબન હોય છે. પરંતુ જ્યારે મોહનાં વાદળોં વીખરાઈ જઈ સાચા સ્વભાવનો સૂર્ય તપવા લાગે છે ત્યારે એને એ તપતા ખારા રણમાં ક્યાંય એક એવો વરખડો નથી મળતો કે જેની થોડીક છાયા મેળવીને તે શીતળતાનો અનુભવ કરે. કારણ કે સમાજનાં બંધનો એણે ફગાવી દીધેલાં હોય છે. એટલે આશ્વાસન મેળવવાનાં સ્થાન રૂપ માતાપિતા પાસે જઈ શકાતું નથી. અને એની સ્થિતિ ‘ઘોખીનો કુન્નરો વાટનો નહિ અને ઘાટનો પણ નહિ’ એવી થાય છે.

આ બધી હકીકત કદાચ તમેને અત્યારે નહિ રૂચે એમ પણ હું માનું છું. પરંતુ મેં મોહને આંધળાની ઉપમા આપી છે. કારણ કે મોહવાળો માનવી બુદ્ધિ અને સારાસારને વિચારવાની શક્તિ ગુમાવી બેસે છે. એવી સ્થિતિ તમારી છે. એમ તમારા પત્રથી લાગે છે.

એટલે ભવિષ્યમાં તમારું ભલું કરવા ચાહતાં હો તો તમારા પ્રેમિકની ચારે બાજુનો પૂરો વિચાર કરો. તેનાં વાણી અને વર્તનની તપાસ કરો. અને તો માતાપિતાને સમજાવી એમની સંમતિ મેળવી લેશો તો સુખી થશો.

(૧૧૭) શ્રી. એસ. ડી.—રાજકોટ

પુત્ર મળ્યો. તમારી સ્થિતિને એક પ્રકારની નપુંસકતા જ કહેવાય. જણાય છે કે ધીમે ધીમે તમે સંસારને માટે નાલાયક બનતા જશો, અને એમ જ થવું જોઈએ. કર્મનાં ફળ જે ન મળતાં હોત તો કુદરતને કોઈ માનત નહિ.

ઉપાય બતાવવાથી કોઈ લાભ નથી. સારા ચિકિત્સકને શરણે જઈ ખરા દીલથી ઉપચાર કરાવો તો જ લાભની આશા રાખી શકાય.

અશ્લીલતા જેમાં ભરપુર ભરી હોય એવા તમારા બીજા પ્રશ્નોનો ઉત્તર આપી શકાતો નથી.

*

(૧૧૮) ૭૮૬—કડી

પુત્રીના કાન માટે બહુ મોટી જગ્યાએ જઈ આવ્યા, બિરાદર !
એક પણ દેશી ઉપચાર તરફ વળ્યા પહેલાં મોટાં ઇન્જેક્શનો અને સીવીલ સર્જનીને ત્યાં દોડાદોડી ન કરી હોત તો ?

ફટકડીને કુલાવી લ્યો. તક્તના તેલમાં હમરો નાંખી ગરમ કરી લ્યો. સાદા પાણીથી કાન ધોઈ સાફ કરી પ્રથમ કામળની ભુંગળા બનાવી, ફટકડી બહારાવો અને પછી બંને ટીપાં તેલનાં મૂકો.

નામ મોટાં ને દર્શન ખોટાં જેવી વિલાયતી પેટન્ટ દવાને હું બહુ ઓળખતો નથી. મારે ત્યાં તો હમરો ને ફટકડી મળે, બાપુ ! કારણ કે હું ગરીબ અને મારો દેશ પણ ગરીબ રહ્યો. પરંતુ આપણી આંખો સામેની વસ્તુને આપણે ક્યાં જોઈ શકીએ છીએ ? ‘તરણ્યાં ઓઠે કુંગર રે, કુંગર કોઈ દેખે નહિ !’

*

(૧૧૯) પ્રેમજી ભગવાનજી

પત્ર મળ્યો. તમારા દર્દ માટે વગર પૈસે બની શકે એવો કોષ્ટ પ્રયોગ હું જાણતો નથી. કોષ્ટ ધર્માદ્વા દવાખાનામાં જાઓ અને ગરીબામ્ને દવાની યાચના કરો. ધન્ય છે, મળી આવશે.

*

(૧૨૦) કનૈયાલાલ—મહેતા

શરીરનું કદ વધારવા માટે ઉંચે લટકાવેલો ઝૂલો કે લાકડું જાલી ટીંગાવાથી અને ખૂબ હીંચકા ખાવાથી શરીરનું કદ વધે છે. દવામાં આહન, ધી તથા સાકર સાથે આપવું. લસણપાક કે ગોદાંતી હરતાલ પણ ઉપયોગી છે.

ઉઘ લાવવા માટે-ઉંઘ શા કારણથી નથી આવતી એની તપાસ પ્રથમ કરવાની જરૂર છે. માનસિક નિર્બળતા હોય અને વિચારોનું વૃદ્ધિ યુક્ત મગજને શાંત ન થવા દેતું હોય તો પાગલની જડી તો. ૫, આંખળાં તો. ૨૧ ગઠાડા તો. ૧૧, જટામાંસી તો. ૧૧.

તેને ખાંડી ગુલાબજળમાં ઘુંટી બોરના ઠળીયા જેવડી ગોળી વાળવી, એ ગોળી જમ્યા પછી બપોરે અને એ ગોળી રાત્રે સુતા પહેલાં એક કલાકે પાણી સાથે લેવાથી મગજની ઉંઘ આવી જાય છે. મગજને બહેરું કરી, જ્ઞાનતંત્રને લુલાં બનાવી, સ્નાયુને શીથીલ કરી, સાચી ઉંઘ નહિ પણ તંદ્રા આપનારા પોટાશ ઓમાઇડ અને હાઇડ્રોક્લોરીડ જેવી ધેન લાવનારી દવાઓ વાપરનાર ડાક્ટર ભાષ્યોને અમે ભલામણ કરીએ છીએ કે, આવી દેશી નિર્દોષ દવાઓ અજમાવો અને કોષ્ટ પણ નુકસાન કર્યા સિવાય દરદીને કેવી મગજની ઉંઘ આવે છે તેની ખાત્રી કરો એ દવા ધેનકારક નથી. રાત્રે બરાબર ઉંઘ આવશે એટલે સહવારમાં જે અશ્વાંતિ વર્તાય છે તે નહિ વર્તાય.

*

(૧૨૧) ડી. એમ.-પારડી

પત્ર મળ્યો. આપને ઢીંચણની ઢાંકણી નીચે દુઃખાવો થાય છે. તે માટે આપને નીચેની દવા લેવાની જરૂર છે તથા ચોળવાની દવા પણ બતાવું છું.

આકડાનાં રવૈડાં તો. ૫, ગુગળ તો. ૨ાા, લવીંગ તો. ૧૦ રવૈડાં એટલે આકડાનાં પુલની વચમાં જે ચોકડી જેવું ઢીંદું હોય છે તેને રવૈડાં કહે છે. તેને ખરલમાં પ્રથમ ખૂબ ઘુટી અંદર ચોખ્ખો ગુગળ અને લવીંગનો ભુકો કરી બરાબર મેળવી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી. દિવસમાં ત્રણ વખત બધે ગોળી પાણી સાથે ગળવી.

માલકાંકણીનું તેલ, કેળુપુટીનું તેલ, ચુકલીપટસનું તેલ, ટરપેન્ટાઇનનું તેલ, નારાયણ તેલ, સરખા વજને મેળવો અને એક તોલો અંદર કપુર નાંખો. કપુર અંદર ઓગળી જશે. આ તેલ લગાવવાથી ગમે તે ભાગના દુઃખાવા, વાયુથી સાંધા ઝલાવા વગેરે ઉપર સરસ કામ કરે છે. તેમાં બે તેલ દેશી છે, ત્રણ વિલાયતી છે.

બીજો પ્રશ્ન એક ૨૩ વરસની છોકરીને કેડ ફાટે છે તેનો છે. બીજોને કેડોને દુઃખાવો ધણું કરી તેમની ગર્ભાશયની બિમારીને લક્ષને થાય છે. પણ તેમાં મુંબઈની મોટામાં માટી હોસ્પિટલની સારવારથી પણ સાફ ન થયું એ પણ આશ્ચર્યની વાત છે. ખેર એક ગરીબડો પ્રયોગ એકાદ મહિનો આપી બુલો ને.

તજ તો. ૫, ચોપચીની તો. ૧૦. આ બે વસ્તુ સરખા વજને ખાંડી બધે વાલ દિવસમાં ત્રણ વખત આપો. ધાતુ જતી હોય તો સવાર સાંજ એકેક કેળું ખવરાવો. બેદાં બંધ કરો, અને કડવા લીંબડાના પાણીનો ડુશ આપો. માફ માનવું છે કે જરૂર આરામ થઈ જશે.

(૧૨૨) કુમાર-અમદાવાદ

પત્ર મળ્યો. ગયા અંકમાં શ્રી. શારદા બહેનને મારા તરફથી અપાયેલી સલાહ આપના વાંચવામાં આવ્યા પછી તે બાબત તરફ માફ ધ્યાન ખેંચતો અને મારી સલાહ અવાસ્તવિક છે એવું જણાવતો આપનો આ પત્ર છે.

ખરી રીતે એક પ્રશ્નના જવાબ ઉપર આવી રીતે ચર્ચા ઉપસ્થિત કરવી એ વાળખી નથી. કમકે એથી તો તેનો પાર જ આવે નહિ. છતાં પુરૂષવર્ગને મારાથી અન્નપાત્ર ન થાય તથા 'બહુરૂપી'ના વાચકવૃન્દને આ ચર્ચા જુદી જુદી દૃષ્ટિથી વિચારવા યોગ્ય થશે એમ માનીને પ્રથમ આપનો પત્ર ઉતારીને પછી તેનો જવાબ આપના પ્રયત્ન કરીશ.

આપનો પત્ર આ પ્રમાણે :

'તમે સદરહુ બાળાને લખો છો કે એ પ્રેમિક સ્વાર્પણ બતાવે છે, મરી રીટવા તૈયાર છે તે ક્યાં સુધી? દેહમાં ભરેલી સૌરભની ખુશખો આવે ત્યાં સુધી! આપને શી ખબર કે સદરહુ યુવકનો પ્રેમ કૃત્રિમ અને માત્ર દેહનો ભોગ કરવા માટે જ છે? આવું લખાણ લખી તમે શા માટે તે યુવતીનું મન ઉંચું કરવા પ્રયાસ કરો છો? હું કથુબ કંઈ છું કે અત્યારના ઘણાખરા પ્રેમી સૌન્દર્યપૂજક હશે, પણ કોઈક અપવાદ નહિ હોય તેની ખાત્રી ક્યાં સિવાય આપ આ પ્રમાણે લખો તે ઠીક નહિ.

'ખીજું તમે 'મધર ઇન્ડિયા'નાં પ્રેમપાત્રોનો દાખલો આપો છો. તેમાં જેમ સાદી છોકરી અંધ અનેલા પુરૂષને છોડતી નથી તેમ શું પુરૂષ ના કરી શકે? અને પુરૂષ આત્મભોગ ના આપી શકે તેવું તો નથી જ.

'ત્રીજું તમે શારદા બહેનને લખો છો કે ન કરે નારાયણ અને આપને કોઈ એવો અકસ્માત નડે અથવા આપની સુરૂપતામાં ખામી

આવે એવી રીતે એક આંખ નાશ પામે, પગે લંગડાં બની જાયો!
કે શરીરે કાઠ નીકળે તો આપનો બહાલમ આજે જોડલો તરવરાટ
અને સીવીલમેરેજ માટે ઉતાવળ કરે છે તેટલી જરૂરી રાખે ખરો ?

‘અને તમારા જ સવાલનો તમે જવાબ આપો છો ‘ના !’
સાહેબ ! કોઈના દીલમાં પેસી નીકળ્યા તો નથી ને ? માફ કરજો,
જરા શબ્દો કડક લખાઈ ગયા છે. પરંતુ ઝેરનાં કાંધ પારખાં હોય ?
એ તો અગાઉ આવી ગયેલા પ્રસંગો પરથી માણસની પરીક્ષા એ
બાળાએ કરવી ઘટે છે. મને લાગે છે કે આપ લમ કરવાની સલાહ
આપીને સદરહુ બાળાના વાલીઓની ખફગી વહોરવાનું જોખમ
હાંવવા નહિ માગતા હો, તેથી જ આપે આવો જવાબ આપી સદરહુ
બાળાનું દિલ તોડી નાંખવાનો પ્રયાસ કર્યો છે. માફ કરજો, હું તમારા
ઉપર કોઈ જાતના આક્ષેપ કરતો નથી, સ્વાભાવિક લખું છું.

‘મને લાગે છે મોટી આશાએ તમારી પાસે સલાહ માંગનાર
બાળાના હૃદયના તમે ખોટી રીતે ટુકડા કર્યા છે. આ મારા લખાણમાં
આપને કોઈ બૂલ લાગે તો બેશક તમે તેનો ઉલેખ કરી શકો છો.

‘મારા આ પત્ર ઉપરથી આપ મારો સદરહુ યુવતી સાથે કોઈ
સંબંધ છે એવો વહેમ ન રાખશો.’ ધૃત્યાદિ.

પ્રિય બાઈ ! આપનો આખો પત્ર ઉપર ઉતાર્યો છે. હવે તમે
જેમાં મારાથી જુદા પડો છો તેટલા થોડાક મુદ્દા ઉપર આપણે
ચર્ચા કરીએ.

જો ભોગને અર્થે કૃત્રિમતા ન હોય તો, સીવીલમેરેજ બાબત
સમજાવવાનો તવરાટ શા માટે ? લમ એ શું ભોગ ભોગવવા માટે
સ્વાતંત્ર્યનો ખુલતો દરવાજો નથી ? એ માત્ર પ્રેમ જ હોય, સ્વાર્પણ જ
હોય તો લમની ઉતાવળ શા માટે ? લમની જરૂર પણ શી ? પ્રેમનું
સક્રિય રૂપ શું દેહમિલન છે ?

આપ કબુલ કરો છો કે અત્યારનાં ધણાંખરાં પ્રેમી સૌન્દર્યપૂજક
હોય છે, અને તેમાંના અપવાદરૂપે આ કિસ્સામાં એ પુરૂષને સ્થાન

આપો છો. અપવાદ એ જ અસંભવ ગણાય છે. તો અસંભવ વસ્તુ પ્રત્યે મારાથી કેમ સલાહ અપાય કે લક્ષ કરી લ્યો !

પુરૂષો સ્વાર્પણ કરતા હશે, પરંતુ તેના માત્રા બહુ નજીવી છે, એ તો હું મારી પ્રવૃત્તિમાં મને મળેલા અનેક અનુભવથી કહી શકું છું. બિરાદર ! મારા વૈદિકીય ધંધાને અંગે હજારો કુટુંબો-નર અને નારીઓના સંસર્ગમાં હું આવ્યો છું, અને એમનાં અંતઃકરણનાં ઉડાણ મેં વાંચ્યાં છે. એટલે નીડરપણે મારે કહેવું જોઈએ અને હું કહું છું કે પુરૂષોએ અનેક સ્વાર્થી રૂપપલટા કરી અનેક બાળાઓને ભરમાવી છે અને એવા અનેક દાખલા મારી નોંધપોથીમાં પડ્યા છે.

પરંતુ આપને એવી થોડી જ કન્યાઓ હાથ લાગશે કે જેમણે પોતાનું ખરૂં રૂપ છુપાવી, પુરૂષને છેતરવાના પ્રયાસ કર્યા હોય. એ સ્ત્રી છે અને સ્ત્રીહૃદય છે. ભલે અમુક સંજોગોમાં એ છળ-કપટનો આશ્રય પણ લેતી હશે, છતાં પંચાણું ટકા એ કામળ હૃદયની છે. અને પ્રેમ જેવી વસ્તુમાં તે એટલી નરમ બને છે કે તેના હૃદયનાં કાંઈ ખૂણામાં કઠિનાઈ રહી શકતી નથી. આ ચર્ચા તો આપણે સન્નારીઓની કરીએ છીએ. તેને વારવનિતાઓ-વેશ્યાઓ માટે ઘટાવવી ન જોઈએ. એ તો ધંધાદારી સ્ત્રીઓ છે. છતાં તેમાં પણ કાંઈ સ્વાર્પણ કરનારી મળી આવે છે.

એક રસ્તે જોો મુસોફર માર્ગની સરલતા માટે પૂછે તો તેને માર્ગની સરલતા બતાવતાં પહેલાં બયસ્થાનો બતાવવાં જોઈએ. તેનો પ્રવાસ અટકી પડે અથવા જોખમાય કિંવા અથડામણ ઉભી થાય, તેવા ખાડા, ટેકરા, આડફેટ રસ્તા અને માર્ગની બયંકરતા જો ન બતાવવામાં આવે તો તે માર્ગ એ પાર કરી શકતો નથી, અથવા સ્વરક્ષણ કરવાને તે હોંશીયાર રહેતો નથી. બાકી રસ્તામાં રેત પાથરી છે, સીમેન્ટ કે ડામર છે, ઝગઝગાટ છે, વગેરે કહેવાની ખાસ જરૂર નથી. એ કાંઈ સરલતા બાબત પુછતો નથી. એને તો વચ્ચેનાં બયસ્થાન કે ભુક્ષામણીની બીક હોય છે.

ઝેરનાં પારખાં ન થાય, પણ મીઠાશે વીંટાયેલું ઝેર હોય તો ? આળા તેના પ્રેમિકની ઉપલક્ષ સહવાસે શી પરીક્ષા કરી શકે ? સાડી મંગાવે, સદૈશો કહેવરાવે અને તે આવે છે કે નહિ એની પરીક્ષા કરે ! થોડા પૈસા માંગી જીએ અથવા પિતામાતાને ખચર પાડ્યા વગર છાનાં ઉપડી જમને લમ કરવા માટે એ પ્રેમિક ગુપ્ત રીતે મોટર વગેરેનો બદોબસ્ત કરી શકે છે કે નહિ તે જાણી લે ! વળી માતા-પિતાના લયથી થરથરતી છુપી રીતે પા અડધો કલાક પ્રેમિકને મળી લેતી આળા તેના પ્રેમની સાચી પરીક્ષા શી કરવાની છે ?

માતાપિતા એ પુરુષ સાથે લમ કરવાની ના કહે છે તેનું કાંઈક કારણુ તો હોવું જ જોઈએ. વૃદ્ધલમ, વિક્લબલમ, રોગી સાથેનાં લમ સામે તો સદરહુ આળા પણ બળવો ઉઠાવી શકે છે. એવાં કારણોમાં તો અનેક સાથ એને મળી આવશે. પરંતુ નૈતિક હિંમત રાખીને એ બહેન બહાર નથી પડી શકતાં. ૨૩ વર્ષની ઉંમર એ કાંઈ નાની ઉંમર તો નથી. તેમનાં માતાપિતા એમને કુવારા રાખવાં તો નથી જ માગતાં. ત્યારે તેમની પસંદગી અને પોતાની પસંદગીના ગુણુદોષની તપાસ કરવી જોઈએ !

કદાચ એ બહેન આંતરજાતીય લમથી જોડાવા માગતાં હોય અથવા એમણે સાધેલા પ્રેમનું પાત્ર એવું હોય કે તેની સાથે જોડવામાં માતાપિતાને સમાજ, યાત્રિ, વર્તુલ, બૃહનો બાદ આવતો હોય એથી તેઓ ઇન્કાર કરતાં હોય એ સ્વાભાવિક છે. પરંતુ સુધારક લમ કરતાં પહેલાં ખૂબ વિચાર કરવાની જરૂર છે એમ આપને નથી લાગતું ? અત્યારનાં સુધારક લગ્નો કેટલાં સુખી નીવડે છે તે તો કોઈ પણ માણસ તટસ્થ દૃષ્ટિથી પાશ્ચાત્ય લમપ્રણાલિની સાથે સરખાવી તુલનાત્મક દૃષ્ટિથી વિચાર કરે ત્યારે સમજાય.

બાકી સ્ત્રીઓએ લમ કરતા પહેલાં ખૂબ સવચેતી રાખવાની એટલા માટે જરૂર છે કે તે ગમે તેટલા ઉંચા દરજ્જાની હોય, સુધારક વિચારની હોય છતાં તેને પુરુષને આધીન, પુરુષોથી પરતંત્ર

રહેવું પડે છે. હજી હિંદનો સામાજિક સુધારો એટલી હદે આવી નથી શક્યો કે જેટલો દરજ્જો સ્વતંત્ર પુરૂષ ભોગવી શકે છે તેટલો સ્ત્રી ભોગવતી હોય. એટલે એના જીવનવ્યવહારમાં એને પુરૂષને આધીન રહેવું પડે છે. નાણાં, વસ્ત્ર, પ્રવૃત્તિ, ઉપભોગનાં સાધનો, વગેરે માટે સ્ત્રીઓને હજી પુરૂષનું અવલંબન છે. કારણ કે આ દેશમાં કમાણી કરનાર અથવા ઉત્પાદક શક્તિ પુરૂષની છે. એટલે પુરૂષ એનો અધિકારી પોતાને માનતો આવ્યો છે અને માને છે. મીલકતનો ધણી પોતે છે એમ એને સંપૂર્ણપણે ઠસી ગયું છે અને આપણા કાયદાઓએ તે વિચારને પોષ્યો છે. પુરૂષ અને સ્ત્રી પરસ્પર સહાયક થઈને પેદા કરતાં હોવા છતાં સ્ત્રી જ્યારે સંજોગોવશાત જીદી થાય છે ત્યારે તેને માત્ર વધુમાં વધુ ખોરાકી આપવા પુરતી સગવડ મળે છે. ખરી રીતે એ મીલકતમાં અરધો ભાગ તેને કેમ નથી મળતો ? કારણ કે એ પરણીને આવેલી છે. પુરૂષ વારસદાર અને હક્કદાર છે. પુરૂષ પિતાને ઘેર વારસદાર તરીકે હક્કદાર રહે છે. કન્યાને તેના પિતાને ત્યાંથી પરણીને લાવે છે એટલે એ બહારથી આવેલી જ રહે છે.

પુરૂષ કન્યાના પિતાને ઘેર જન્મ રહે તોપણ અર્થ સરતો નથી. કન્યાના પિતાનો વારસ તો એનો પુત્ર જ અને છે ને !

એટલે જ લગ્ન કરતાં પહેલાં-તેમાં પણ સુધારક અથવા ધ્વજાલમ કરતાં પહેલાં જો કન્યા આવા વિચારોથી ખુબ મંથન કર્યા વગર જોડાણ કરે છે-પાંચ દિવસના રનેહના ઉદ્બોધેલા વહેણમાં તણાઈ જાય છે, તો એ જરૂર કાંઈ ખડક સાથે અથડાઈ પડે છે.

ખીજું આપનું માનવું છે કે તેના માતા-પિતાની ખડ્ગી બહારવાના ભયથી મેં સાચી સલાહ નથી આપી ! એ વાત આપની બરાબર નથી. માતા-પિતાનો રાષ મારા ઉપર ઉતરે એવું કાંઈ કારણ નથી. કેમ કે અમદાવાદ જેવા શહેરમાં શારદા નામની કન્યા પાંચ લાખની વસતિમાં એ જ એક હોય એમ કેમ એના માતાપિતા માની લે ? અથવા એ ઉપનામ પણ

મને પણ લખનાર કોઈ ખીજ નામની કન્યાનું હોઈ શકે. એટલે આ સલાહમાં માતાપિતાની ખફગી ઉપર દષ્ટિ જવી અસંભવ છે, અને સંભવિત હોય તોપણ સલાહ લેનારે સલાહ આપનારને અનુસરવું જ જોઈએ એમ તો નથી બનતું! સલાહ આપનારના કથનમાંથી તે યોગ્ય તત્ત્વને ગ્રહણ કરી લે એ શું જોઈ છે? માર્ગમાં ચાલતાં કુવો હોય તેની ઉપર ધાસ બિછાવી, દેખીતી રીતે ભૂમિ જણાતી હોય, તો સલાહ આપનાર ચેતાવે એથી એને હાનિ ન થાય પણ સાવચેતી મળે છે. બાકી આજના જમાનામાં માણસો એટલા વિચારોમાં પરત્વે નથી કે સલાહ ઉપરથી પોતાના બધા વિચારો છોડી સલાહ આપનારને અક્ષરશઃ અનુસરે છે. છતાંએ મેં તેના પ્રેમિક સાથે લમ નહિ કરવાનો ઉપદેશ તો આપ્યો જ નથી. મેં તો એક જ પ્રવાહ ઉપર વહી રહેલા મનને ખીજ બાજુ તરફ જોઈ લેવા લક્ષ દોર્યું છે. એ મારો છેલ્લો પેરીબ્રાફ વાંચશો તો આપને જણાઈ રહેશે.

બાકી સલાહ આપનાર એ કોઈ સર્વજ્ઞ તો નથી જ. પોતાના જ્ઞાન, અનુભવ, વિચાર, અને વાતાવરણમાં રહેલી હવાને અનુસરી તે પોતાનો અભિપ્રાય આપી શકે. સલાહ લેનાર વિચાર કરી યોગ્ય તત્ત્વ ગ્રહણ કરી શકે. કયું તત્ત્વ હિતકારી છે એ તો એના સ્વભાવ અને ગ્રહણ કરવાની શક્તિ ઉપર આધાર રાખે છે. મને યોગ્ય લાગી તે સલાહ મેં આપી છે. શારદાબહેન તેને અનુસરે યા નહિ તેની સાથે મને નિસબત નથી. તમારો તેમની સાથે સંબંધ હોય કે ન હોય, તે બ્યબત મારે વિચાર કરવાની જરૂર નથી. તમે એક યુવાન છો. તમને સંજ્ઞું તે તમે લખ્યું. મારી વિચારણા તમે જાણી. કદાચ શારદાબહેન પણ આ વાંચી શકશે. આ વિષયને લંબાવવા મારી ઇચ્છા નથી. એટલે તેની ચર્ચામાં ઉતરશો નહિ. કદાચ પણ લખશો તો તેને સ્થાન મળશે નહિ.

*

(૧૨૩) શ્રી. જ્ઞાનાગઢ

પત્ર મળ્યો. બિરાદર, ‘બહુરૂપી’ના તંત્રી મારફત પત્ર મોકલવાની કોઈ જરૂર નહોતી. સીધો પત્ર લખ્યો હોત તો પણ ચોખ્ખો થાત. ‘બહુરૂપીના વાચકો બળવાન બને’ એ મશાળા તળે આવતા પત્રો આપને પ્રથમ બનાવટી લાગેલા ! માનવસ્વભાવ શંકાશીલ છે. વળી કેટલાક અખબારનવેશો એ પ્રમાણે કરતા હોવાની વાતો પણ થાય છે. એટલે આપને એ પ્રમાણે લાગ્યું હોય તો તેમાં મને કશું આશ્ચર્ય કે દુઃખ થતું નથી. પરંતુ મારી તથા ‘બહુરૂપી’ના તંત્રીની એક જ નીતિ છે કે વાચકોને અમારાથી બની શકે તે રીતે ઉપયોગી થવું. તેમને આડે રવાડે ચડાવી તેમની જુગુપ્સાને ઉત્કેરવી નહિ. પત્રોનો સારાંશ તથા તેના જવાબો ઉપરથી તમે એ જોઈ શકતા હશો.

વારૂ, આ કેલ્કમ ઉઠાડ્યા પછી સેંકડો પત્રો આવે છે, જેમાં પોણા ભાગના પત્રોનો સીધો જવાબ લખાય છે, પા ભાગના પત્રોનો જવાબ ‘બહુરૂપી’ મારફત અપાય છે. અડવાડીએ લગભગ પંદર-સનર પત્રો આવે છે, જેમાંથી અશ્લીલ, અવાસ્તવિક પત્રોનો નાશ કરાય છે. જવાબ આપવા જેવા પત્રો અનુક્રમે પ્રગટ થાય છે. એક અંકમાં બે-ત્રણ પત્રના જવાબ આવે. એટલે એક બે મહિનાના પત્રો હજી જવાબ આપવાના પડ્યા છે. માત્ર તમારા પત્રોનો જવાબ આગળ મૂક્યો છે. કારણ કે તમારી ઇતેમ્મરી વધુ છે.

આપના પ્રશ્નનો અવાજ છે: સ્વમદોષ અને તેથી થયેલી મુંઝવણ. રાખ્ખી જોમતી બધી સાવચેતી રાખે છે, આહારવિહાર નિયમિત કરે છે, માનસિક સ્થિતિ ઉપર કાળુ છે, યોગનાં કેટલાક આસનો પણ કરે છે, છતાં સ્વમદોષ આપને સતાવે છે અને કલ્પના કરે છે કે આમાંથી ક્ષય તો નહિ થાય ?

પ્રથમ તો હું આપને પૂછું છું કે સ્વમદોષથી ક્ષય થાય એવું કાણે કહ્યું ? એ બય શા માટે તમે નજર સામે રાખી રહ્યા છો ? હું તો તમેને હિંમતપૂર્વક કહું છું કે ક્ષય તમેને થાય જ નહિ.

પરંતુ તમારા સ્વમદોષના કારણેના હાઉ તમારા પત્રમાંથી જ મને સાંપડ્યો છે. એ છે તમારા મન ઉપર સવાર થયેલી બાબી પત્નીની મોહકતા.

તમે લખો છો કે સંબંધ થયો છે. મળશે એ પત્ની પ્રેમાળ છે. એ પ્રેમાળ તમે કહી હોય, જોષ્ટ હોય, ગાણી હોય, કે પછી પ્રેમના પરસ્પર પત્રો પાઠવી, મનસિંહાસન ઉપર એની મોહક મૂર્તિ સ્થાપી હોય. પરંતુ બાંધ, સ્વમાવસ્થામાં એ જ આપને સંતાપે છે. સ્વમની અંદર મનવિશ્લેષણ ઝાણું કામ કરતું નથી, અને દિવસે જેના વિચારો કરવામાં ન આવે તેનાં સ્વમ આવવાનું બને નહિ. જે કે એમાં અપવાદ પણ હશે, છતાં તમારા માટે એ જ કારણ જણાય છે.

જે ઉપાયો લેવા જોઈએ તે તમે લીધા છે. ઉમર તમારી લાયક થઈ છે એટલે તમારે લમ કરી લેવાં. સંસારમાં પડ્યા પછી સ્વમ દોષ બંધ થશે.

પત્નીને આ વાતની માહિતી આપવાની કોઈ જરૂર નથી. સ્વમ દોષની બિના બાબી પત્નીને લખવા જેવાં ટાયલાં કરશે નહિ, બાંધ! એથી શો લાભ થશે એ સમજી શકતો નથી. તમારા શરીરની ઉચ્ચ અને દોષની બિના લખી તેના મનમાં વિનાકારણ શંકા ઉભી કરવી ઠીક નથી.

તેમ જ તમોને ખાસ કોઈ મહા વ્યાધિ નથી કે તમે એ તેને ન જણાવો એથી તેને અન્યાય થાય. મને લાગે છે દવાની જરૂર નથી, ઉપાય તો ઉપર સૂચવ્યો છે એ જ તમારે માટે સારો રસ્તો છે.

છતાં દવા લેવી જ હોય તો મુશ્લ્યાદી ચુર્ણ, રસાયન ચુર્ણ, ગંગોત્ત્વ, ફરબાની પીટ્ટી, લોહભસ્મ—આ દવાઓ ગુલકંદ સાથે લો. તેની બનાવટ માટે આયુર્વેદિક પુસ્તકો અથવા ‘રખે વહેમાતા’ વાંચો. બધી બનાવટ એમાંથી મળશે.

(૧૨૪) શ્રી. બી. બી. જી. જી.-સુરત

પત્ર મળ્યો, તમોને પાણીની તરસ ધણી લાગે છે અને પેશાબ કરવા ધણી વખત જવું પડે છે તેનો ઉપાય માગો છો.

આ વ્યાધિ બે પ્રકારે થાય છે. એક તો જેને ‘કાયાબીટીસ’ અથવા મધુમેહ કહેવામાં આવે છે તે વ્યાધિવાળાને પાણી પુષ્કળ પીવું જોઈએ છીએ અને પેશાબ પણ પુષ્કળ થાય છે. પરંતુ આ દરદીના પેશાબમાં સાકર જતી હોય છે. તેની ઉપલક્ષ્ય પરીક્ષા એ છે કે જે જગ્યાએ પેશાબ કરવામાં આવ્યો હોય, તે જગ્યાએ કીડી મોકોડી ચઢે છે. બીજી રીતે બહુમૂત્ર રોગ હોય છે—જેને પણ લગભગ મધુમેહવાળાની માફક પેશાબ વધુ થાય છે, તરસ લાગે છે. છતાં તે બાષ્પને સાકર જતી હોતી નથી.

મધુમેહ આપને હોય તો નિર્ણય કરીને જવાબ સીધો લખશો એટલે માર્ગ બતાવીશ. કારણ કે મધુમેહ એકાદ નુસખો બતાવવાથી મટે તેવો નથી. મહાવ્યાધિમાં એની ગણના છે અને સખત પરેજી પળાવી છ મહિના અને વધીને બાર મહિના સુધી દવા આપવી પડે છે. એની અંદર આપવામાં આવતી દવાઓ એટલી ખટપટવાળી અને શાસ્ત્રીય રીતે બનાવવાની હોય છે કે કોઈ સાધારણ માણસ બનાવી શકે નહિ.

પરંતુ બહુમૂત્ર હોય તો—

બહુકૃણી તો. ૫, સમુદ્રશોષનાં બી તો. ૨૧, રૂમીમસ્તકી તો. ૧૧, કાળી મુસળી તો. ૧૧, કેસર તો. ૦૧, કાળા તલ તો. ૧૦, સાકર તો. ૨૦. બતાવેલા વજનને ખાંડી સવાર સાંજ પાવલીબાર પાણી અથવા દૂધ સાથે ફેંકો.

કાળી દ્રાક્ષ બીજ કાઢી નાંખી પાશોર જેટલી આખા દિવસમાં માંડું નાંખેલી ધીમે ધીમે બળબે દાણા ખાઓ. તરસ લાગવી અને પેશાબ વધુ થવો બંધ થશે.

(૧૨૫) નં. ૧૭૬-પુના

બહેન, પત્ર મળ્યો. આપના પ્રશ્નોનો જવાબ સીદ્ધો મંગાવ્યો હોત તો સારું. આવા પ્રશ્નો જાહેર રીતે ચર્ચાવામાં મને જરૂરીક સંકોચ રહે છે. છતાં તમારો દુરામહ છે એટલે મારે જવાબ આપવો જ રહે છે.

પતિ તંદુરસ્ત છે, છતાં દોઢ બે મહિને સમાગમ આપે છે, તમારી ચાર છ દિવસે સમાગમની તીવ્ર ઇચ્છા અને માગણી છતાં ઇન્કાર કરે છે. પરિણામે તમને રાત્રિભર નિદ્રા નથી આવતી, બેચેની અને મગજ ઉપર એક પ્રકારનું દર્દ થાય છે કે જેને તમે જીરવી શકતાં નથી. પહેલો પ્રશ્ન આ છે.

પતિ તંદુરસ્ત હોવા છતાં અને તમારી માગણી છતાં ઇન્કાર કરે તેની પાછળ બે કારણો છે: એક તો ખાસ ઉદ્દેશની ખાતર પતિએ બ્રહ્મચર્ય ટકાવવાનો અથવા વીર્યરક્ષા કરવાનો નિર્ધાર કર્યો હોય તો એમ અને છે. અથવા એનું દિલ બહાર ક્યાંય બંધનમાં પડી ગયું હોય તો પણ એમ બનવા સંભવ છે. આ બંને કારણોમાં કયું કારણ છે તે આપે શોધી કાઢવું જોઈએ. મારા જેવો બહારનો માણસ ઉપાય સૂચવે એ કરતાં તમે એનો માર્ગ સરળતાથી કાઢી શકો. બહેન ! તમારા દિલનાં દુઃખને શા માટે પતિ પાસે સ્પષ્ટ રીતે કહેતાં નથી ? તેનામાં જે હૃદય અને લામણી હશે તો એ પોતાની ખોટી માન્યતાનો ત્યાગ કરીને અવશ્ય સંતોષ આપશે જ. બાકી સ્ત્રીઓમાં આવતી કામની ભરતી વખતે જે સમાગમનું સુખ ન આપવામાં આવે તો તેના જ્ઞાન-તંત્ર ઉપર ખૂબી અસર થાય છે એ તો વૈદિક વિજ્ઞાન કહે છે. છતાં યજ્ઞ સુશીલ અને દૃઢ મનની સ્ત્રી આ ભરતીના હૃદયને સહન કરી પચાવી જાય છે અને તેની અસર તનમન ઉપર નથી થવા કેતી. આપની સ્થિતિનો વિચાર કરતાં કામભરતી આપને વિહ્વળ બનાવે

છે. છતાં ધારો તો એ આવેગને તમે મનના સંયમ અને સહવિચારથી ખાળી શકો છો. આપણી હિંદની સ્ત્રીઓ પતિવ્રતાને સાચો આદર્શ સમજેલી છે અને એ વિચેગને સહન કરી વર્ષો કાઢી શકે છે, એવા આપ જો ધારશો તો આપની નજર સામે કેટલાય દાખલા જોવા મળશે. ખરૂં પૂછો તો વિદેશીઓ કરતાં હિંદની સત્તારીની એ જ મહત્તા છે કે તે માત્ર એક પતિવ્રત પાળી તેના તરફથી જેટલું સુખ મળે તેમાં જ રાચે છે અને આ એના ઉત્તમ આદર્શથી એણે દુનિયાને બોધપાઠ આપ્યો છે, તેથી જ હિંદની સ્ત્રીનું સંયમી અને ત્યાગવૃત્તિવાળું જીવન મોખરે રહે છે, બહેન !

પતિના પુરૂષત્વમાં ખામી લાગતી હોય તો થોડોક ઔષધોપચાર કરો. તેનાં ભોજનમાં દુધ, ઘી, મલાઇ, માખણ, વધુ આપો, જરૂર સફળ થશે.

ખીજો પ્રશ્ન તમારો એ છે : આગળ એક બહેનનાં શરીરનાં શુરૂષભૂતિ જેવાં અવયવો માટે તેનાં માતૃપિતાનાં વિરૂદ્ધ સમાગમનો દોષ બતાવેલો તે બાબત તમે તમારી સખીને મળીને એવા મંતવ્ય ઉપર આવ્યા છો કે વિરૂદ્ધ સમાગમ છતાં સંતાન સારાં થાય છે અને તેના પ્રમાણ તરીકે તમારી સખી લગભગ ૭૫ ટકા વિરૂદ્ધ સમાગમ કરે છે. (પતિ નીચે અને પત્ની ઉપર એ વિરૂદ્ધ સમાગમ) છતાં પ્રજા સારી છે !

ખરી વાત તો એ છે કે વિરૂદ્ધ સમાગમથી પુરૂષવીર્ય યોનિમાં રહી શકતું જ નથી પણ પાછું નીકળી આવે છે અને એ સમાગમથી, ગર્ભ રહેવાનો બહુ ઓછો સંભવ છે. છતાં રહે તો સોએ સો ટકા પ્રજા એવી જ અને વિરૂદ્ધ આચરણવાળી પાકે એમ પણ નથી.

એમાં અપવાદ પણ હોઇ શકે, છતાં મારા માનવા પ્રમાણે અને સારીરવિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ વિરૂદ્ધ આસનથી સમાગમ કરવો હિતકારી નથી. ધણુકો પશુઓની માફક સમાગમ કરવાથી આનાંદ મેળવે

છે એવો પણ મારી પાસે એકરાર કરનાર મળેલા. વાસ્તવિક આનંદ કોને કહેવો એ વ્યક્તિઓમાં પડેલા તેના માનસભેદ ઉપર આધાર રાખે છે. આપણે મનુષ્ય છીએ એટલે ક્રિયાની પાછળ શુદ્ધિનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. તળાવ કે નદીમાં વાંદરા પાણી પીવા જાય ત્યારે કિનારા ઉપર હાથ લગાડી, પાણીમાં મોઢું ઓળાને પાણી પીએ છે, જેમ બીજાં ગાય, બેંસ, બળદ આદિક પીએ તે રીતે. મનુષ્ય પ્યાલાથી કે હાથના ખોખાથી પીએ છે. પાણી પીવું એ એક નક્કર સત્ય વસ્તુ એક સરખી બધાને લાગું પડે છે. કંઈ રીતે પીવું એની પાછળ માણસની શુદ્ધિ પડી છે. પ્યાલાથી, હાથથી, ગાળાને વગેરે. કોઈ માણસ વાંદરાની માફક પાણીને હાથ નહિ લગાડતાં નદીના વહેણ ઉપર સીધું મોઢું માંડે અને એમાં એને આનંદ આવતો હોય તો ના કેમ કહેવાય ?

એમ તો જ્ઞાન સમાગમ પહેલાં પત્નીની ચોનિ ચાટે છે, પશુઓ માદાના ગુહ બાગને સુધે છે, એટલે કેટલાંકની રૂચી પાશવિક ક્રિયાથી પણ સંતોષાતી હોય.

ત્રીજો પ્રશ્ન છે ગુપ્તભાગ ઉપર વાળ નથી. ખરી રીતે લગભગ સોળથી અઠાર વરસ સુધીમાં ગુપ્ત પ્રદેશ ઉપર રૂવાંટી આવી જાય છે અને ધીરે ધીરે તેનું રૂપાંતર થઈ બાલના રૂપમાં દેખાય છે. ૨૧ વર્ષની ઉંમર હોવા છતાં તમને બાલ નથી, એથી કોઈ નુકસાન નથી.

ધણાક પુરૂષોને લગભગ યુવાની વટાવતા છતાં મૂછ નથી આવતી તેમ આપને પણ એટલી ખાતરી તો ગણાય જ. બાલ ગુપ્તભાગના ધણા નિરૂપયોગી માને છે. પરંતુ એમ નથી. એ બાલ કામોત્તેજનાની ઝલ્લઝલાટી અને યાનતાંત્ર ઉપર ચતા સ્પર્શસુખને જાળવી રાખવામાં મદદ કરે છે.

(૧૨૬) એક બહેન-મુંબઈ

અમળ મનુ ભગવાન જેવા એક પુત્ર માટે આપે જવાબ માંગેલો. એનો પ્રત્યુત્તર વાંચી આપ ખુશ થયાં છો, છતાં આપની આંતરિક સ્થિતિ માટે ફરી કેટલીક યિના પૂછાવો છો :

લક્ષ્મી કર્યા સાત વર્ષ થયાં, સંતાન થતું નથી, તેની સાથે શરીરની તમારી ખામી અને પતિની ખામી જણાવો છો. તમે પરાધીન છો એટલે સીધો જવાબ નથી માગી શકતાં, પણ ‘બહુરૂપી’ મારફત જવાબ માગો છો.

પ્રથમ તો આપને જણાવું કે ‘બહુરૂપી’ ના વાચકની સંખ્યા અતિ વિશાળ હોય મોટા વર્ગ પ્રશ્નો પૂછનાર હોય છે. તે દરેકને મારે જવાબ લખી ન્યાય આપવો જોઈએ. એટલે એક જ વ્યક્તિના અવારનવાર પ્રશ્નો આવ્યા કરે અને એને ઉત્તર આપ્યા કરવા, એ બીજાઓના હક્કને અથવા તો બીજાઓના પ્રશ્નને અન્યાય થવા જેવું છે. છતાં તમે એક સ્ત્રી છો અને પરાધીન હોય તમારી લાગણીને માન આપવા ખાતર પણ તમારે માટે લખવું પડે છે.

તમે પતિપત્ની બંને સુખી છો પરંતુ તમારો એકબીજા સાથે સુંદર મનમેળ નથી એ પણ પ્રજા નહિ થવાનું કારણ હોય શકે છે. ચિત્તની પ્રસન્નતા, પ્રેમની પરાકાષ્ટા એ ઉભયથી પરસ્પરને ન્યારે સતોષ ઉદ્ભવે છે ત્યારેજ ધણું કરી પ્રજા થાય છે. ભોજનની તૃપ્તિ અને સંપૂર્ણ પાચન ત્યારેજ થાય કે ન્યારે ખોરાક રૂચીકર હોય અને પુરી રૂચી ઉત્પન્ન થઈ હોય. અને કોઈ દાખલામાં અકસ્માતના કારણે પણ પ્રજા પેદા થતી હશે. પણ એને ઐચ્છિક પ્રજા તો ન કહી શકાય. તેની સાથે એવી પ્રજામાં માતાપિતાના સદ્ગુણો કરતાં દોષોની માત્રા વધુ હોય છે.

તમે પતિને પ્રસન્ન કરવા-ખુશ કરવા પ્રયત્ન કરો છો, છત તે નારાજ રહે છે, અપ્રસન્ન રહે છે. એનો ઉપાય હું બતાવું એ કરતાં તમે વધુ સરલતાથી શોધી શકશો. કારણ કે તમે રાત્રિદિવસ સાથે રહો છો. એટલે પ્રસન્ન-અપ્રસન્નની પાછળ પડેલાં કારણોની તપાસ કરો તો સાચી પરિસ્થિતિ સમજાઇ જાય અને તો જ માર્ગ નીકળે, બહેન.

શારીરિક સ્થિતિ પ્રમાણે તો તમારી અને તમારા પતિની હકીકતમાં તમારા પતિ જ પ્રજ્ઞને અયોગ્ય લાગે છે. તેમના શરીરમાં વધુ પડતા ક્ષારના પ્રમાણને લઇને વીર્યને દોષિત બનાવી મૂક્યું છે. એટલે એમણે ચાર છ મહિના સારા ચિકિત્સકની સલાહ પ્રમાણે ઉપચાર કરી તૈયાર બનવું જોઇએ.

સંતાનની ઇચ્છા તો હરેક ગૃહસ્થાશ્રમીને હોય, પણ એથી વિહ્વળ બનવું તે બરાબર નથી. કેવળ પ્રયત્નને પ્રધાન માનનાર જ નારાજ બની શકે. પ્રયત્ન સાથે ઇશ્વરકૃપાને માનનારે નારાજ થવાની જરૂર નથી. સંતાન જ કેવળ સુખનો માર્ગ છે એમ માની લઇએ, તો પણ બુલવા જેવું નથી કે સંતાનોવાળાને પણ દુઃખના કુંગરો ઉભા થાય છે. સુખ કેને કહેવું એ તો મનના જગત ઉપર આધાર રાખે છે. સુખ એને કહી શકાય કે જે અવિચળ અને અવિનાશી હોય. બાકી સંસારના પંચ વિષય નાશવંત અને ક્ષણિક છે. એને ખાતર સ્વત્વ ભૂલી વિહ્વળ બની માર્યા માર્યા ફરવા જેવું ગાંડપણ કરવું વાજખી નથી. ઇશ્વર ઉપર શ્રદ્ધા રાખી પુરૂષાર્થ કરો. ફળ તે આપશે જ. તેની તાલાવેલી ન હોયી જોઇએ.

(૧૨૭) બેન શાન્તા-પાનવડ

તમારો પત્ર મળ્યો. એક સુવાવડ આવી. છોકરી મરેલી અવતરી અને ત્યારપછી પેટ મોટું રહી ગયું છે એ ઓગળતું નથી. ફરી ગર્ભ રહેતો નથી અને પ્રદર જેવું દેખાય છે, એને માટે તમારો પ્રશ્ન છે. વાર.

આપની માફક ઘણી સ્ત્રીઓને સુવાવડ પછી પેટ મોટું રહી નય છે. આવા કેસો સ્ત્રીઓના મેં ઘણા જોયા છે અને એ મોટું પેટ એને જેમ અળખામણું લાગે છે તેમ જોનારને પણ લાગે કે એને જરૂર ચડતા દિવસ હશે.

આ પેટ મોટું રહી જવાનું કારણ સુવાવડ પછીની અથવા સુવાવડમાં રાખવી જોઈતી સારવાર અને નીકળવો જોઈતો ખીગાડ-મળ નહિ નીકળવાને કારણે હોય છે. એક તો ખીગાડ અંદર રહી જવા પામે છે, અને ગર્ભાશય પુરતું સંકોચાઈને મૂળ સ્થિતિમાં આવી શકતું નથી. ઉપરાંત આવી સ્ત્રીને આ જ કારણે પેટ ઉપર મેદ થઈ આવે છે એટલે કુલેલું પેટ રહે છે.

આપણી સુવાવડ કરાવવાની રીતમાં કેટલીક મોટી ખામી છે. એને લઈને સ્ત્રીઓને આવી બિમારીઓ ભોગવવી પડે છે. એક વખતની નજીવી ભૂલના પરિણામે ગર્ભાશય અને પેટનું કુદરતીપણું નાબૂદ થઈ હમેશાનું દુઃખ પેદા થાય છે.

યુરોપના દેશો આવી બહારની બાબતો ઉપર બહુ લક્ષ આપતા જણાય છે અને પુરૂષાર્થને પ્રધાન માને છે, જ્યારે આપણું કામ રામભરોસે વધુ ચાલે છે. ૫૦ વર્ષની અંગ્રેજ બાઈને જુઓ તો તેની કેડ અને પેટ નાની ઉમરની બાઈ જેટલાં હશે. એનું એક કારણ તેઓ પોતાના કટિપ્રદેશની બહુ સંભાળ રાખે છે, એ માટે પદ્મા પહેરે છે અને સુવાવડ વખતે વધુ પડતું ધ્યાન આપે છે.

હવે ઉપાય તરીકે પ્રથમ તો તમને અટકાવ બરાબર નિયમિત અને શુદ્ધ આવવો જોઈએ. એટલે તમારે જમ્યા પછી એક તોલો

દ્રાક્ષાસવ, એક તોલો કુમારીઆસવ લેવો. અમુક સમય તે પ્રમાણે આલુ રાખવાથી પેટ ઓસરી જશે. વળી તમારે કસરત કરવાનું રાખવું. એટલે કે ચાલવાનું રાખવું. વાયુ કરે તેવા પદાર્થો ન ખાવા. જો બની શકે અને તમે ત્રણેક મહિના ગાયના દૂધ ઉપર રહેવાનું રાખો તો સરસ લાભ થશે તથા આખું શરીર પ્રમાણસરનું બની જશે. તે દરમ્યાન કબજિયાત ન રહે એ માટે અઠવાડિયામાં એક વખત બેભાર એરંડીયું લેવું. દૂધનો પ્રયોગ તમને ઘણો સારો લાભ કરશે. ખાકી તો આવી બાબતોમાં રૂબરૂ તખીયત બતાવવાથી આવશ્યક સલાહ આપી શકાય. તમારા પરિચિત ડોક્ટર અનુભવી શાસ્ત્રીય વૈદ્યની સલાહ પણ તમે લઈ શકો છો.

*

શ્રી. એસ. એમ.—રૂપાલ

પુત્ર મળ્યો. ગામડામાં મરડો—તાવ થઈ આવે છે ત્યારે ડાક-ટર વૈદ્યોના અભાવે ઘણા ગરીબ માણસો રીબાય છે એમ આપ લખો છો અને તેને માટે સહેલા ને સસ્તા ઉપાય માગો છો.

વારૂ, વર્ષાઋતુમાં વાયુ પ્રકોપ પામે છે તેની સાથે વર્ષાતું નીર એટલે પાક્કર પાણી પીવામાં આવે છે અથવા કુવાનાં પાણીમાં પણ વરસાદની અસર થાય છે. જેથી ઘણું કરી વાયુ કોપે છે. એટલે સાધારણ તંદુરસ્ત માણસને પણ શરીરમાં ફેરફાર જણાય છે, પેટમાં દુઃખાવો થઈ આવે છે. માટે વર્ષાઋતુની શરૂઆતમાં સમજી વિચારીને ખોરાકમાં વાયુનો પ્રકોપ કરનારાં ટાઢાં, વાસી, કઠોળ, વિદાહી પદાર્થોના ત્યાગ કરી, હળવો ખોરાક આપવામાં આવે તો ઝાડા-મરડામાં માણસો ફસાતા નથી. પરંતુ જ્યારથી આયુર્વેદના વિજ્ઞાન ઉપરથી લોકોની દૃષ્ટિ ખસીને બીજા માર્ગ ઉપર વળી ગઈ છે ત્યારથી પ્રજાનાં તનમનના અનેક વ્યાધિ ખૂબ પ્રચારને પામ્યા છે. કારણ કે આયુર્વેદે ઋતુ, કાળ, દેશ, મનુષ્ય અને પ્રકૃતિભેદની એવી સરસ ચોખવટ કરીને પદાર્થો અને તેના ગુણધર્મની શરીર ઉપર થતી

અસરનું બ્યાન આપેલું છે કે તે પ્રમાણે બ્યાંસુધી મનુષ્યો વર્તન કરતા ત્યાંસુધી આટલી હદ પર્યંત વ્યાધિઓએ જોર શોર નહોતું મચાવ્યું. દાખલા તરીકે શ્રાવણ મહિનામાં વર્ષાઋતુ ચાલતી હોય છે તે વખતે શીતળાસપ્તમી અને જન્માષ્ટમી આવે છે. આ શીતળાસાતમના તહેવારમાં લોકો સાતમના દિવસે ટાઢું રાખવા માટે છઠના રોજ રાંધવા લાગે છે. અનેક પ્રકારનાં ફરસાણુ, ઢેઝરાં, પુડલા, ચોપડા, ખાખરા, ખડખડીયાં, પોતાયાં, મોહનચાળ, મેસુર, બરશીચુરમું જેવા અનેકાનેક પદાર્થો છઠના દિવસે બનાવીને તે જ દિવસથી આરોગવા માંડે છે. સાતમને દિવસે આખો દિવસ ટાઢું ખાય છે અને વળી દિવસમાં અનેક વખત ખાય છે. સાતમને દિવસે આ વિદાહી, ગરીષ્ટ અને બોજકારક પદાર્થ બરપેટ ખાવા છતાં જન્માષ્ટમીનો જો નિરાહાર ઉપવાસ કરી નાંખે તો આગળના દિવસનો હોજરી ઉપર કરેલો અત્યાચાર એક દિવસ આરામ મળવાથી સરબર થઈ જાય. પણ અષ્ટમીનો ઉપવાસ એટલે, પેંડા, બરશી, ફરાળી ચેવડો, બટાટાની કાતરી, સુરણુનું શાક, રાજગરાની પુરી, મોરૈયાનો બાત, હઠીની કઠી, અને શીંગોડાનો શીરો, ઉપરાંત કાં તો શીખંડ અથવા બાસુદી કે સુરણુનો દૂધપાક, છત્યાદિ-છત્યાદિ !

અમારા આજના વૈશ્વો અને સનાતનીઓનો આ મોજલો ઉપવાસ દશે ઇંદ્રિયોને ફટાડી મસ્ત બનાવનાર કયા પોથીપાનામાંથી ઉતર્યો છે એની તો ખબર નથી. પરંતુ સાતમ આઠમ બેગાં મેળીને સાતમ આઠમનાં શ્રદ્ધાળુ ભક્તોને એવાં ભાંયાં કરી મૂકે છે કે તેઓને પછી ઝાડા-મરડા થપ જાય છે. જો ઝાડો થઈને વિવિધ વાનીઓથી ભરેલો ગોદામ ખાલી થઈ જાય તો તો જાણે વધુ મુશ્કેલી વેકવી પડતી નથી. પરંતુ એ માલ ઠાંસાઠાંસ અંદર બરાઇ ગયો તો મળ આંતરડામાં બરાઇ રહે છે અને તેથી ચુંકાઇ ચુંકાઇને મરડો થાય છે, લોહી-પાત્ર પડવા લાગે છે અને ક્યારેક ઝીણો તાવ પણ સાથે હોય છે. આવી રીતના મરડામાં પાશ્ચાત્ય ચિકિત્સકો જંતુ હોવાનું માને છે અને તે બંધે માને; પરંતુ આનો મુખ્ય ઉપાય છે આંતરડાં

પ્રથમ સાફ કરવાનો. એટલે આંતરડામાં ભરાય રહેલા મળના ગાંઠા બહાર કાઢી નાંખવા. એને માટે રેચ આપવો પડે છે. રેચ આપવા માટે બીજી કોઈ દવા મરડા માટે લેવી હિતકારી નથી. એને માટે એરંડીયું તેલ સુંકના ઉકાળા સાથે દરરોજ એક ઓંસ (અઢી તોલા) આપવાથી મળના ગાંઠા નીકળી જાય છે અને તેથી આંતરડાં હલકાં થાય તથા એને આરામ મળે એટલે મરડો આપોઆપ બંધ થાય છે. પરંતુ આજના જમાનામાં એરંડીયું જેમનાથી ન લેવાય નેમને માટે નીચેની ફાકી એરંડીયા કરતાં પણ અતિ ઉત્તમ કામ કરે છે. ઉપરાંત આંતરડામાં મરડાની ગરમાઈને નાબૂદ કરે છે. ઉપલક્ષ દષ્ટિએ અને મોટી મોટી દવાના ભપકાથી મોહ પામેલા શ્રીમંતોને આ ફાકીની કીંમત કદાચ નહિ જણાય. પણ એવા શ્રીમંતોને માટે બહુ ચિંતા કરવા જેવું નથી. એમનાં ખીસાં તો તર હોય છે અને વેધ ડાક્ટરોને એમનાથી જ મોજ મળે છે. પરંતુ ગરીબો, ગામડાનાં રહીશો અને જેમની કમાણી મર્યાદિત છે તેમને-આ ફાકી ઘરમાં બનાવી રાખી હમેશાં મરડા માટે લોહી-પાચ, ૫૩ આવતું હોય તો લેવાનો અમે ખાસ આગ્રહ કરીએ છીએ. તેમ જ અન્ય મરડાથી પીડાતા ગરીબોને આપવા માટે ઘરમાં બનાવી રાખીને એવા દરદી પર ઉપકાર કરવાની ભલામણ કરીએ છીએ.

હીમેજ તો. ૧૦ એરંડીયામાં તળી ભેવી. વરીયાળી તો. ૨ા, સાકર તો. ૨ા, સુંક તો. ૧ા.

એ બધું ખાંડી બારીક ચૂર્ણ બનાવી રાખો. મરડાવાળાને પાવ-લીભાર દિવસમાં ત્રણ વખત આપો. બે પઠીકાં પેટમાં જશે અને ઝાડો થશે, તેમાં મળના ગાંઠાઈ ગયેલા ગાંઠા નીકળશે અને આંતરડાં હલકાં પડશે. જેમ જેમ આંતરડાં હલકાં પડશે તેમ તેમ ચુંક-વીટ આવવી, લોહી-પાચ પડવું બંધ થશે. શરૂઆતમાં બે દિવસ, ત્રણ દિવસ આ પ્રમાણે ફાકી આપવી અને ઝાડા થઈ જવા દેવા. દરરોજ થતા ઝાડામાં માત્ર લોહી-પાચ આવતાં હોય છે અને દિવસ રાત

મળી પાંચ પંદર વખત જવું પડે છે; જ્યારે આ ફાકી લેવાથી મળ નીકળવા ભાગે છે. કારણ કે હીમેજ સ્વભાવે ઠંડી છે. એ કાચા મળને કાઢતી નથી પરંતુ પાકા મળને બહાર ધકેલે છે અને આંતરડામાં એકઠા થયેલા આમ (જળસ)ને પચાવે છે. વરીયાળી અને સાકર આંતરડામાં થયેલી ગરમાઇને નાબૂદ કરી લોહી પડતું અટકાવે છે. સુંઠ ત્રણે ઠંડી ચીજોને કમજો રાખી વાયુનું અનુલોમ કરે છે, એટલે પેટમાં વાયુને એકઠો થવા દેતી નથી. એટલે આ ફાકી કહો, પ્રયોગ કહો કે અમૃત કહો, પણ મરડાવાળાને માટે તે અમૃતપૂર્વ દવા છે. હવે આ ફાકી ત્રણ દિવસ સુધી આપવા છતાં મરડાની હાજત રહે, આંકડી આપ્યા કરે તો નીચેની ગોળી બનાવવી.

ખારેક નંગ ૧૦. ઇંદ્રજવ તો. ૧, તુલસીનાં પાન તો. ૧, બરાસકપુર તો. ૦૧, અરીણુ તો. ૦૧, સુગંધી વાળો તો. ૦૧. ખારેકા સિવાયની બીજી ચીજોને ખાંડી બૂકા કરવો. ખારેકાને રાત્રે પાણીમાં પલાળી રાખવી. સવારમાં અંદરથી ઠણીઆ કાઢી નાંખી તે જગ્યાએ ઉપરનો ખાંડેલો મસાલો ભરી ધકંના લોટની કણીકથી ખારેક ઉપર કવર ચઢાવી દષ તેને કોલસા ઉપર શેકી અને સાધારણ કણીક લાલ રંગની થાય એટલે ઉપરથી કવર કાઢી નાંખી મસાલા સાથે ખારેકને ખરલમાં નાંખી ધુંટવી. તેની અંદર પાવલીભાર ભાંગ (લીલાગર)નું પાણી નાંખવું. એટલે ગોળી વાળવા જેવું થશે. તેની મગના દાણા જેવડી ગોળી વાળવી. મરડાવાળાને આખા દિવસમાં છ ગોળી આપવાથી પહેલા જ દિવસે મરડાની ચુંક બંધ થશે અને ઘડી ઘડી જાગર જવાનું પણ બંધ રહેશે.

ઉપર બતાવેલી ફાકી દરરોજ રાત્રે પાવલીભાર આપવી. આથી મરડો જૂનો અથવા નવો બંધ થાય છે. ખાવામાં મરડાવાળાને ભાતની કણકી અને દહીંની છાશ, જીરૂ, મીઠું વગેરે આપી શકાય. ઘઉંની રોટલી અને તુવેરની દાળ તથા ખટાટા તો મરડો મટયા પછી ચાર છ દિવસે જ આપવાં. આ સિવાય દહીં અને અમરું

જીં મરડાવાળાને અપાય છે. એટલે કે પાશેર દહીંની અંદર પાવ-
લીભાર અમતું જીં દિવસમાં ત્રણ વખત પીવરાની દેવું. બીલીનો
ગળાં અને દહીં, સાકર અને ખસખસ, સાકરના શીરામાં પાવલી-
ભાર જેટલું જાયફળ વગેરે આપવાના અને એવાં ધરગથ્યુ ઓછા
ખરચે ખતતા અનેક દુયકા છે, જે મોટાં ઇન્જેક્શનોથી સારું કામ
કરે છે. માત્ર મરડાવાળાએ પ્રથમ આંતરડાં એખખાં કરવા ચુકવું ન
જોઈએ. એ પહેલાં જો મરડો બંધ કરવાની દવા આપવામાં આવે
છે તો મરડો બંધ નથી થતો પણ પેટમાં આફરી આવવા લાગે છે,
તાવ શરૂ થાય છે અને ગુદા ઉપર સોજો આવી જાય છે.

મેલેરીયા તાવ માટે અગ્રાઉ 'રખે વહેમાતા'માં લખાઈ ગયું
છે. પુસ્તક રૂપે પણ એ છપાયું છે. એની અંદર અનેક ઉપાયો
એવા છે જે ગરીબોને અને ધર્માદા સંસ્થાઓને પોષાય તેમ છે.
એ જરીક જોવાની લલામણુ કરવામાં આવે છે.

તે ઉપરાંત અહીં પણ અતાગે. ભાદરવાથી કાર્તિક મહિના
સુધી ચાલતા મેલેરીયા તાવ-જેને દેશી વૈદકમાં પિત્તજ્વર કહે છે
તેમાં તો દરદીએ લીલોતરી ન ખાય, દહીં બંધ રાખે, ખુદલામાં ન
સુવે, દરરોજ સવારમાં ખાટા લીંબુની ફડાસમાં સીંધવ, મરી અને
દેકામાળી ભરી ચુસે તો પિત્તનો પ્રકાપ થતો નથી. આજે માણસો
મેલેરીયાની ખીક દરરોજ કવીનાઇન લેવાતું પસંદ કરે છે. પરંતુ
લીંબુ ચુસવાતું એમને કહેવામાં આવે તો તે પસંદ નથી પડતું.
કારણ કે કવીનાઇનની ગોળી તો ગટ દષ્ટ ગળી જવાય, જ્યારે
લીંબુમાં દેકામાળી, મરી સીંધવ ભરવાં, ગરમ કરવું, સવારમાં ચુસવું,
એ એક પોઝીશનમાં ઘોખો પડવા જેવું લાગતું હોય આજના સુધ-
રલા માણસોને ગમતું નથી. તાવ આવે એ કરતાં તાવ શાથી આવે
છે, એનાં કારણો અને તેનાથી બચવાના ઉપાય અને સ્વાસ્થ્યરક્ષાનાં
સૂત્રો તો, જો મારું આ દેશમાં ચાલતું હોય તો લોકોનાં આંગણે
અને ઉંબરે, દીવાલોએ અને બારીએ હું લખાવું, બાળકોને મોપાટ

લેવરાવું, સ્ત્રીઓના ગરબા ગાવામાં સ્વાસ્થ્યનાં ગીતો ગવરાવું, ભક્તોનાં ભજનમાં, કોલેજના ગણિતમાં, સંગીતના રાગમાં અને ઉપાસકના દેવમાં કેવળ સ્વાસ્થ્યરક્ષા એવી ઓતપ્રોત કરે કે માનવો—મનુષ્યપ્રાણી માંદા જ ન પડે. હું તો માનું છું કે જે પ્રજા માંદલી, રોગીષ્ટ, કંગાલ અને હસેલો મારો તો ગખડી પડે તેવી હોય એ પ્રજા કદાચ સ્વતંત્ર અને તોય શું ? મને લાગે છે કે આપણી સરકાર લોકોના ભલા ખાતર મોટી કોલેજો સ્થાપી નવા નવા દર વર્ષે, સ્ટીમર ભરાય એટલા ડોક્ટર પેદા કરે છે, પોળે અને ચોટે એ બિચારા ખુરશીએ પડ્યા પડ્યા, પંખો પકડી વિશ્વાસુની માર્ગપ્રતીક્ષા કરતા વધતા જાય છે, એ કરતાં લોકોના કાનમાં જીવનરક્ષા અને સ્વાસ્થ્યનો મહા મત્ર કુંકવામાં આવે તો તે માંદા પડતા બચી જશે અને ડોક્ટરો વૈદ્યો પાડવાનાં મશીનોની ડાઘઓ વહેલી નહિ ધસાય.

ન્યારે આવું નગ્ન સત્ય લખીએ ત્યારે અનેક આંખો રોષે ભરાય. પણ જરા જમણો હાથ હૃદય ઉપર રાખીને કહેશો કે દશકે દશકે આટલાં વૈદ્ય ડોક્ટરોનાં ધાડાં વધતાં જાય, અનેક દેશો પેટન્ટોનો વરસાદ હિંદ ઉપર વરસાવે તોયે તમને નથી લાગતું કે વ્યાધિઓ ઘેર ઘેર વ્યાપી રહેલા છે ? ત્યારે એનું કારણ શું ? ભલા કોઈ કહેશે ? ઉત્તર એક છે કે લોકોને સાચું જ્ઞાન જ આપવામાં નથી આવતું. અમુક સમયે દુધીનું શાક ખાતું કે રીંગણાનું એ જ્યાં માણસો નથી જણતા ત્યાં બીજી વાતો ક્યાંથી સાંભળવા મળે ?

મેલેરીયાના ઉપાય તો સાદા ને સરલ ધણી છે, માત્ર મરડા માટે આટલું વિવેચન કરવાની જરૂર હતી. અને આપને ત્યાં રૂપાલમાં મરીબોને—સાધારણ પ્રજાને માટે એક એવી સંસ્થા છે કે જેમાંથી દવાઓ વગેરેની મદદ મળે છે અને તેમાંના આપ પણ એક કાર્યકર્તા છો. એટલે બંધાણથી દોરવણી કરી છે

(૧૨૯) શેખ. એમ. પી.-મુંબઇ

પત્ર મળ્યો. સ્વમદોષ અને હસ્તમૈથુન, તેથી આવેલી શરીરની નબળાઇ, મગજની નબળાઇ અને એને અંગે થવી જોઈતી બધી ફરિયાદ પત્રમાં છે. આવી ફરિયાદો અનેક લાઇઓ તરફથી અવારનવાર મળ્યા જ કરે છે. એથી અંતરાત્માને અત્યંત ખેદ થાય છે. પ્રિય મુરલીમ બધું ! જે ધર્મમાં પેશાબનો એક છાંટો પણ શરીર પર પડવાથી શરીર તદ્દન અપવિત્ર થયું માનવામાં આવે છે, તે ધર્મનો બધું હસ્તમૈથુન અને સ્વમદોષનો ભોગ અને એ ! તલું દુઃખજનક ?

વાર, સવારમાં સૂર્યોદય પહેલાં ફરવા જાઓ અને બે માદલ ફરી આવો. ફરી આવ્યા પછી અરધો શેર દુધમાં પા તોલો ટોંચી અને અરધો તોલો પીરતાં ખાંડેલાં નાંખી, દુધને સાકર એલચવાળું બનાવી તેને ગરમ કરીને પી જાઓ.

બપોરના બરાબર બૂખ લાગે ત્યારે જ, જેમાં વધારે તેલ મરચાં ન હોય તેવો ખોરાક લ્યો. તમે જમો ત્યારે ખૂબ લરપેટ નહિ જમતાં થોડા બૂખ્યા રહો. સાંજના ત્રણ વાગે લાલ ટમેટાં મળી શકે તો પા શેર લાઇ, ટુકડા કરી, તેમાં જરા નીમક નાંખી ખાઓ.

સાંજે ચંદ્રપ્રભાની ગોળી નંગ બે ગળોના પાણી સાથે ગળી જાઓ. ગળો લીલી લાવી, તેને છુંદી તેમાં પાણી નાંખી ચોળી લઈને પાણી ગળી લેવું. એ પાણી ગોળી સાથે લેવું.

સુતી વખતે રાત્રે સારી જાતની હરડે પાવલીભાર ચોખા પાણી સાથે ફાકી જાઓ.

(વચારો ઉપર કાળ રાખો. રાત્રિમાં આંખ ઉઘડે તો ઉઠી પેશાબ કરી આવો, થોડું પાણી પી લ્યો અને પડખા ભેર સુઈ જાઓ.

બગ્ગર મીઠાઈ, ભુંસું ખીલકુલ લ્યો નાહ. સ્ત્રીસંબંધમાં વૃત્તિઓ ન દોડે તેની કાળજી રાખો. જરૂર શરીર સાફ થઈ જશે, બધી દરિયાઈ બંધ થશે. બની શકે ત્યાંસુધી ઠંડા પાણીએ નહાવાનું રખાય તો સાફ. જો કે એથી શરદી ન લાગે તે સંભાળવું.

*

(૧૩૦) મનુભાઈ-પાટણ

આપનાં પત્નીને રતવા કોઠે છે. બાળક છ મહિનાનું થઈ મરી જાય છે. પત્નીને શરીરમાં ખૂબ ગરમી છે, શરીર ધુન્ને, તુટે, અશક્તિ રહે છે, વગેરે માટે પુછાવો છો. સ્ત્રીને કોઠે રતવા-એ આજે ધણી જગ્યાએ જોવામાં આવે છે. રતવા એ એક પ્રકારની ગરમાઈ છે, જેમાં કોઠે અર્થાત્ કુક્ષી એટલે ગર્ભાશયમાં ગરમાઈ હોય છે. એથી ગર્ભ રહ્યા પછી ગર્ભસ્થાનમાં બાળકને જે જાતનું પોષણ મળવું જોઈએ અને તેના શરીરનું બંધારણ બંધાવું જોઈએ તે પ્રમાણે બંધાવું નથી અને બાળક જન્મ્યા પછી માંદગું જ અવતરે છે. ધણું કરીને આવી સ્ત્રીઓને કસુવાવડ થઈ જાય છે અને જો પુરા દિવસે બાળક આવે છે તો પણ તે જીવતું નથી.

પ્રથમ તો આપની પત્નીને જો નોરોગી અને મજબૂત બનાવવી હોય તો છ મહિના સુધી બ્રહ્મચર્ય પાળી સમાજમથી તેને દૂર રાખવી જોઈએ. અને ઉપાય તરીકે.

સ્થવારમાં શંશ્વમની ગોળી નં. ૨ દુધ સાથે.

બપોરે જન્મ્યા પછી ગર્ભપાણ રસની ગોળી ૧ કાળી દ્રાક્ષના પાણીની સાથે.

સાંજે ચંદ્રપ્રભા નંબર ૧ વાળી ગોળી એક સાદા પાણીની સાથે— એમ ત્રણ વખત આ ત્રણ દવાઓ આયુર્વેદના પાઠ પ્રમાણેની (તૈયાર મળી શકશે) વાપરવી. જન્મવાની સાથે પ્રથમ ભાતમાં બદિ-રાદિ ઘૂત એક તોલો ખાઈ તેની ઉપર ખીજો ખોરાક ખાવો.

વાલ, વટાણા, ભજ્યાં, પાતરાં, આંમલીની ખટાસ, રીંગણાં વગેરેનો ખોરાક સદંતર બંધ રાખવો. આ પ્રમાણે બરાબર છ માસ સુધી ચાલુ રાખવાથી શરીર તદ્દન સુધરી જઈ, પ્રજા તેજસ્વી અને લાંબા આયુષ્યવાળી જન્મે છે. પરંતુ એટલું સાથે સમંજ રાખવું જોઈએ કે રતવાવાળી સ્ત્રીના પતિને તો કોઈ ધાતુ સંબંધી રોગ નથી ને ? નહીંતર એ બાઈને માટે કરેલાં ઔષધની બધી મહેનત નકામી જાય છે. કેમકે પુરૂષના ધાતુના દોષવાળા વીર્યથી થયેલી પ્રજા પણ નબળી અને છે.

*

(૧૩૧) શ્રી. સોમાણી-મદ્રાસ

પુત્ર મળ્યો. ભાઈ ! આપ સ્ત્રીપુરૂષના પતન યાને બ્યભિચાર માટેનું બ્યાન લખી, એ વિષય ઉપર પ્રકાશ પાડવાનો મને આગ્રહ કરો છો.

વારૂ, આ વિષય અતિ ગહન અને અટપટો છે. ગિરાદર ! આવી બાબત ઉપર મનુષ્ય પોતાના દૃષ્ટિબિંદુથી જુદી જુદી રીતે જુએ છે. હાલનો સમાજ આ બાબતમાં જૂની પ્રણાલિથી જુદી જ દિશામાં ઉતરી પડ્યો છે અને શાસ્ત્રીય માન્યતાને એ વાસ્તવિક માનતો નથી. પરંતુ મારી તો દૃઢ માન્યતા છે કે બ્યભિચાર એ દેશ, સમાજ, જ્ઞાતિ, અને ગાર્હસ્થજીવન માટે કેવળ વિનાશકારી અને ત્રિષ્કારવા યોગ્ય તત્ત્વ છે.

બ્યભિચાર એ રીતે ઉદભવે છે: એક તો વ્યક્તિના માનસના જન્મથી આ દોષ પડેલો હોય છે. તેનો સ્વભાવ જ એવો હોય છે કે એની રીત હમેશાં બ્યભિચાર તરફ વળેલી હોય છે. વળી સંજોગો પણ માનસને બ્યભિચારી બનાવે છે. કારણ કે સ્ત્રી પુરૂષમાં અરસ-પરસ ખેંચાણ કરે છે. શાસ્ત્રની આજ્ઞા છે અને સ્થિતિનો કાયદો છે કે એકાંતને બૂરામાં બૂરી માની, જીવાન અવસ્થાનાં ભાઈમહેને પણ

કદિ એકાંતમાં રહેવું નહિ. કારણ કે વિષયના આવેગો બુદ્ધિની સારા-સારનો વિચાર કરવાની શક્તિ ઉપર કેટલીક વાર અંધકાર છાવરી દે છે અને તેથી માણસ જ્ઞાન બુદ્ધી જાય છે. એમાંથી બહિષ્કાર જન્મે છે. જી એ અગ્નિની જ્વાળા છે, પુરૂષ ધીનો ભરેલો ઘડો છે. એકાંતરૂપી સંયોગ થતાં જ્વાળાના તાપે ધી પીગળી જાય છે. એટલે એકાંત નહિ સેવતાં કેઈ પણ કાર્યમાં ઉપયોગ પુરતો પરિચય કરવો જોઈએ.

કાલેજોના સહાશક્ષણમાં સાથે રહેતાં કુમારકુમારી, ધર્મનો આચાર્ય, પુત્ર ઉમરની કન્યાઓને જણાવતો પુરૂષ, કથાકાર, વૈદ્ય, ડોક્ટર, સ્ત્રીશૃંગારનાં સાધનો વેચતો વેપારી, પનઘટનો રક્ષક, સીને-માની અંદર કામ કરનાર એક્ટર, ડાયરેક્ટર, ફિટોગ્રાફર, મોટરનો ડ્રાઇવર-આ બધા વર્ગનાં પુરૂષ હોય કે સ્ત્રી-એ જો પોતાની માનસિક અવસ્થા ઉપર કાબૂ નથી રાખતાં અને ઇન્દ્રિયના ઘોડાને લગામ નથી હોતી તો તેઓનું પતન અવશ્ય થાય છે. કારણ કે આવી વ્યક્તિઓનો એક નહિ અને બીજા કારણે અનેક વખત પરસ્પર સહવાસ થાય છે, તેમને કલાકોના કલાકો સુધી સાથે રહેવું પડે છે, તેમનો પરિચય પડે છે અને એકાંત પણ સેવવાની હોય છે. એટલે સાવચેતીપૂર્વક કામ નથી લેવામાં આવતું તો પોતાના સ્થાન ઉપરથી ક્યારે લપસી પડાય એ કહી શકાતું નથી.

બલે મનની અપાર અચળાતાના સંબંધમાં આજનો કેળવાયેલો વર્ગ અથવા સુધારક વર્ગ માનતો ન હોય. છુટથી હરવું ફરવું, સાથે રહેવું કે એકાંત સેવવી એને તે સ્વતંત્રતા સમજતો હોય, પણ તેનું પરિણામ શું આવે છે? તેની બીતરમાં પડેલાં કુકર્મો-અથવા બહિષ્કારને દીવ્ય ચક્ષુથી જો તપાસવામાં આવે તો જ તેનો તોડ કાઢી શકાય.

સંસારના અંતરંગથી અનુભવી બનેલ અને વિદ્વાન સાહિત્યકાર રાજન ભર્તૃહરિના એક શ્લોકનો અર્થ ટાંકું :

‘વિશ્વામિત્ર અને પારાશર જેવા મુનિઓ કે જેઓ વાયુ, પાણી અને પાંદડાનો અહાર કરનાર હતા તેઓ પણ સ્ત્રીનું લલિત અને કમળ જેવું સુંદર મુખ જોઈ મોહને પામી ગયા, તો પછી જેઓ ભાતભાતનું સ્વાદીષ્ટ અન્ન અને ઘી, દુધ, દહીં જેવા પદાર્થોનું ભોજન કરનાર છે તેઓ કહે કે અમે ઈન્દ્રિયના નિગ્રહ કરી શક્યા છીએ તો તે માણસની વાત એ વિન્યાયન પર્વતને મસ્તક ઉપર લઇ સમુદ્ર તરવાની વાત જેવી માનવી.’ અર્થાત પર્વતને માથે લઇને જેમ સમુદ્ર તરી શકાય નહીં તેમ એ માણસોનો ઈન્દ્રિયનિગ્રહ અસંભવિત જ માનવો જોઇએ.

*

(૧૩૨) એક ભાઈ—કરાચી

‘તમારો પત્ર ‘બહુરૂપી’ કાર્યાલય ઉપર ચઇને મંજ્યો. તમારી સ્ત્રીને ગોળો ચઢે છે અને સુવાવડ પછી કેડો દુઃખે છે, તેનો કપાય પૂછો છો.

વારૂ, ગોળો ચઢવાનું દર્દ થાય છે એને વૈદક શાસ્ત્રમાં ગુસ્મ કહે છે. ગુસ્મ પાંચ પ્રકારના છે. પરંતુ આ રોગને વાતગુસ્મ કહે છે. ગોળો ચઢીને કાળજે ભીડાય છે, ઓડકાર કે વાછુટ થતી નથી, હૃદયમાં ગભરામણ ચઇ આવે છે અને ગોળો ચઢે ત્યારે જીવ ગયો કે જશે એમ થાય છે.

પ્રથમ તો આવો ગોળો ચઢે નહિ તેને માટે હમેશાં ખોરાક ખાવા બાબતમાં પૂરતી કાળજી રાખવી જોઇએ. વાયુ કરનારા પદાર્થો વાલ, વટાણા, ગાંઠીયા, પાતરાં, કડોળ, કાંદા, ખાંડની મીઠાઇ વગેરે બંધ કરવું જોઇએ.

અને જમવા વખતે પ્રથમ ભાત એ અઢીભાર જેટલો લઇ તેમાં પાવલીભાર હિંમોષ્ટક ચૂર્ણ અને અરધા રૂપીઆભાર ઘી મેળવી એ ભાત પ્રથમ ખાઇને ઉપર બીજો ખોરાક ખાવો.

જમ્યા પછી બન્ને વખત શંખવટીની એ ગોળી ગળી જવી, અને શંખવટી લીધા પછી એક તોલો દ્રાક્ષાસવ તથા અરધો તોલો કુમારીઆસવ મેળવી થોડું પાણી નાંખી પીવરાવી દેવું. આ ઉપચાર ત્રણ મહિના સુધી ચાલુ રાખવો, જેથી ગોળો ચઢવાનું દર્દ નાબૂદ થઈ જશે. ઓળો ચઢ્યો હોય અને તકલીફ થતી હોય તો ચણાનો ક્ષાર પાવલીભાર અથવા એથી ઓછો પાણીમાં નાંખી, એ પાણી પીવાથી વાતગુલ્મનો ગોળો નીચે ખેસી જાય છે. ચણાનો ક્ષાર તેને કહે છે કે ચણાનું ખેતર હોય અને ત્યાં ચણા વાગ્યા હોય ત્યાં સવારના પહોરમાં ઝાકળનું પાણી એના છોડ ઉપર એકઠું થાય છે, તેના ઉપર રાતે પાતળા કપડાને પાથરવું, કપડું એ પાણી ચુસી લે છે. તેને એક વાસણમાં નીચોવી લઈ ફરી ખીજા છોડ ઉપર પાથરી નીચોવી લેવાય છે. આ રીતે એકઠા કરેલ પાણીને ચણાનો ક્ષાર કહે છે.

આ ક્ષાર પેક શીશીમાં રાખી મૂકવો જોઈએ. તે બહુ જ ઉપ-યોગી છે. પેટના દુઃખાવા ઉપર અને ગોળા ઉપર દશ ટીપાંથી ૩૦ ટીપાં સુધી આપવાથી ઘણું સાફ કામ કરે છે. આ ક્ષારની સાથે પાણી નાંખીને પીવાનો છે. એકલો ક્ષાર લેવો નહિ. કારણ કે તેથી જીભ અને ગળું સસઠી જાય એટલો એ ગરમ છે.

ખીજું કપુર તો. ૧, ધલમેટનાં ફુલ તો. ૧, અજમાનાં ફુલ તો. ૧. આ ત્રણે વસ્તુને એક શીશીમાં એકઠી કરી, શીશી ઉપર ખુચ મારી તડકે અરધો કલાક મૂકવાથી પ્રવાહી બની જાય છે આ જાતની દવા થોડાઘણા ફેરફાર સાથે આજે બજારમાં અમૃત બિંદુ, અમીકુપી, પેનકીલર, પેનક્યુરા, વગેરે નામથી વેચાય છે. ગુલ્મ-ગોળો ચઢ્યો હોય ત્યારે આ દવાનાં ચાર પાંચ ટીપાં પાણી સાથે આપવાથી સાફ કામ કરે છે. એવી જ રીતે પેટના દુઃખાવામાં, અજીર્ણના ઝાડામાં, શરદીમાં, સળેખમમાં, શરૂદીની ખાંસીમાં, પતાસાની સાથે કે પાણી સાથે ટીપાં અપાય છે. માથું દુઃખતું હોય તો કપાળે ચોપડાય છે. ઝેરી જનવરના ડાંખ ઉપર તે લગાવાય છે. અનેક રીતે આ દવા ઉપયોગી છે. તે ઘરમાં રાખી મૂકવી જોઈએ.

કેડ દુઃખે છે તે માટે એમને ગુંદરપાક ખવડાવો. આજે સ્ત્રીઓ સુવાવડ પછી ખાવું જોઈતું કાટલું (પાક) ખાતી નથી. એટલે આવા વ્યાધિઓ પાછળથી રહી જાય છે. સુવાવડમાં સુંઠ બરાબર ૨૧ દિવસ ખાવામાં આવે અને સવા મહિના સુધી કાટલાના લાડુ ખાય તો સુવાવડ પછી કેડ સરસ અને મજબૂત બની જાય છે, ગર્ભસ્થાન અને ગુપ્તમાર્ગને પડેલી તકલીફ નાબૂદ થાય છે. આ કાટલાને મસાલો તમને દેશી મધીયાણાના સારા વેપારીને ત્યાંથી મળી શકશે. તેમાં પાશેર ગુંદર અને પાશેર ચીમેડ નાંખી તેનો પાક બનાવી એકાદ મહિનો ખવરાવો.

તમોને ગાંધીને ત્યાંથી જો આ કાટલાનો મસાલો ન મળે તો મને સીધો પત્ર લખશો, જેથી એ કાટલાનો આખો ઉતારો હું તમને લખી મોકલીશ, જે તમારે ઘેર જાતે બનાવીને તમે વાપરશો.

*

(૧૩૩) થોડાક ન ઉડેલી શકાય એવા પ્રશ્નો

કુટલાક જુદા જુદા બાઇઓ તરફથી મળેલા પત્રો વિલક્ષણ પ્રકારના હોય તેમને અહીં એકીસાથે જવાબ આપું છું. આવી ફરિયાદવાળા અનેક પત્રો મળે છે. તેના લખનારને આ માર્ગદર્શક બનશે.

સુરતથી એક બાઇ લખે છે : હું કાપડનો વેપારી છું. ધણી સારી રિશ્તિ તો મારી નથી. પરંતુ એક ભથ્થકર મુંઝવણમાં આવી પડ્યો છું અને આપની પાસે જીવનબિંદ્યા માગું છું. જો મને માર્ગ નહિ બતાવશો તો મારી અને સાથે એક જીવની જીવનશીલા સંકેલાઈ જશે.

એક ધનાઢ્ય કુટુંબની કુંવારી છોકરી સાથે મારે આડો વહેવાર બે વરસથી થયો. અમે આટલા દિવસો સ્વર્ગસુખના કાઢ્યા. હું મારા મનથી માનતો હતો કે દુનિયામાં મારા જેવો કોઈ બાગ્યશાળી નહિ

હોય. પણ આજે જે મહિનાથી અમો જેઠે જણાંને એક મહાન આપત્તિકારક મુંઝવણ ઉભી થઈ છે. એ છોકરીને ગર્ભ રહ્યો છે અને એનાં સ્પષ્ટ ચિહ્નો જણાય છે. હવે આનો નિકાલ ન થાય તો અમારે બન્ને માટે દુનિયા છોડ્યા સિવાય બીજો કોઈ માર્ગ સૂઝતો નથી.

આ બાઈને હું કોઈ માર્ગ બતાવી શકું તેમ નથી. જે માર્ગ હું બતાવવા માગું છું કે તમે જેઠે જણુ લગ્ન કરી દ્યો તે માર્ગ મક્કલુ કરી શકવાની અશક્તિ પોતે પત્રમાં જ જાહેર કરી દીધી છે. બીજા માર્ગને હું મહા પાપ માનતો હોવાથી એ તરફ અંગુલીનિર્દેશ પણ કરી શકતો નથી.

માત્ર મને યુવાન કુમારિકાઓનાં માથાપોની તરફ એક પ્રકારની ધૃણા ઉત્પન્ન થાય છે અને વધુ છુટછાટથી ફરતી દયાપાત્ર બહેનાના આંતરિક વહેવારો ઉપર તેઓ નજર રાખે અને એમને આવા રસ્તાથી બચાવી લે એટલું કહેવાનું જરૂર દીવ થાય છે.

પુત્રીને બહુ મોટી કરીને જાતીય ભૂખ જાગવા છતાં આંખ આડા કાન કરનાર ધમડી માતૃપિતાઓ ચંચળ મનની તથા આજના વાત વરણથી તરબોળ બની રહેલી કુમારિકાઓને વિનાવિવ્રાંએ લગ્ન-મંથીયા બોડી દે તે જ ઇષ્ટ છે. પ્રશ્ન પૂછનારને મારા તરફથી પૂરો અસંતોષ થશે. પણ મારા આત્માથી બેને હું પાપ માનું છું એ વિષયમાં હું કંઈ કરી શકતો નથી. પાપ-પુન્યની શીઘ્રસુરીમાં પણ હું નથી ઉતરી શકતો. થોડા પાપથી વધુ પુન્ય થતું હોય તો પાપ કરવું એવી દલીલ કરનાર પણ કેટલાક કદાચ નિકળશે. પણ નિર્ણિત કરેલા મારા જીવનઆદર્શથી મારાથી ચલિત કેમ થઈ શકાય ?

*

બીજાં એક બહેન—મદ્રાસથી પ્રશ્ન પૂછનાર છે. તેઓ પોતાની પુરી કામવિહ્વળતા સંબંધમાં પતિથી થતા અસંતોષ માટે મારી પાસે બેરશોરથી માર્ગદર્શનની માગણી કરે છે. એટલું જ નહિ પણ સાસ્ત્રિક વૃત્તિ અને સંયમના અભ્યાસને તેઓ માનતાં નથી.

હું શું માર્ગ બતાવું? માનવના અધઃપાત અને સંકરત્વને વધારનારા માર્ગની ચાવી તે માગતાં હોય એમ જણાય છે. જાહેરજીવનમાં રસ લેનાર છતાં ધર્મને પ્રાણ સમાન વહાલો ગણનારની આ દિશા શૂન્ય હોય એમ કદાચ આ ભગિની નહિ સમજતાં હશે. એટલે કંટક ખિછાવેલી છતાં ઉપરથી મુલાયમ લાગતી શય્યા બનાવવા—સરલતાએ એ શય્યા માટે—એ તરફ જવા માટે આશ્રય શોધનાર વિદુવળ અને કામાંધ અનેલી ભગિની તરફ મને ક્રોધ નથી ઉપજતો, પણ દયા ઉપજે છે કે પામર માણસ ક્ષણિક સુખ માટે શા વાસ્તે રૂંચે રૂંચે વાંછીની વેદના ઉપજીવનાર વ્યભિચાર સેવવા તત્પર થતાં હશે? પરમ કૃપાળુ પ્રભુ એમને સંસ્પૃહિ આપે.

*

ત્રીજા એક કલકતાવાળા ભાઈએ મારા પર પત્ર લખીને તેઓના શરીર સંબંધી વ્યાધિ માટે મારો અભિપ્રાય માંગેલો. પૈસા ગમે તેટલા ખર્ચ થાય એની એમને ફિકર નથી. વળી મારા ઉપર શ્રદ્ધા અને પૂર્ણ વિશ્વાસ જણાવી તે ઉપચાર અને માર્ગ માગતા હતા.

મારી યશ્માતિ એ ભાઈને મેં માર્ગ બતાવ્યો. ઉપચાર અને ઔષધનો નિર્દેષ કર્યો અને એ પત્રના અંતે મેં મારા સ્વભાવ પ્રમાણે લખ્યું: ‘ભાઈ! શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસથી આપ આ ઉપચાર શરૂ કરશો તો ટુંક વખતમાં પરમકૃપાળુ પરમાત્મા આપને ખીલકુલ વ્યાધિમુક્ત કરશે.’

અને વળતી ટપાલે જ એમનો ઉત્તર મળ્યો. એ પત્રમાં ભરેલો ઉકળાટ, મારી ઝાટકણી અને ઇશ્વરને માનનારાઓ ઉપરની એમની નફરત તથા કાંટામાં નાંખી તોળત તોળી ન શકાય એટલી ગાળોના વર્ષાદથી હું તો સ્તબ્ધ જ બની ગયો. એ કુલસ્કેપ કાગળો તેમણે ભર્યા હતા.

મારી જૂલ એ થયેલી કે મેં પત્રમાં પ્રભુને—પરમાત્માને વચ્ચે મૂક્યા. પરમાત્મા વ્યાધિમુક્ત કરી નાંખશે—એ વાક્યે એમને ખૂબ

ઉકાલ્યા અને એમના નિરીશ્વરવાદી માનસમાંથી વાણીરૂપ ઓખગોળાના મારા તરફ વરસેલા વરસાદથી કલાકો સુધી હું શૂન્ય બની રહ્યો.

અસ વૈધરાજ ! તારે ઇશ્વર માંડે બહુ કરશે. ઇશ્વર સિવાય તમારાથી સાંડે કરવાની તાકાત નથી. એટલે તમે તો કેવળ ઇશ્વરાધીન, પામર અને શક્તિ વિનાના છો. તમારા ઇશ્વરાધીનપણાથી તમારી પ્રત્યેની શ્રદ્ધા, પ્રેમ, વિશ્વાસ તદ્દન નષ્ટ થઈ જાય છે. પ્રભુ, ઇશ્વર, ભગવાન, આત્મા, કૃષ્ણ, રામ, વગેરેને પ્રભુની ગણનામાં મૂકી પાંચળાઓના પંથમાંના તમે એક બનેા છો. એટલે તમારી સલાહ, દત્તા ઉપકાર, ઉપચાર કોઈ વસ્તુ મને ન ખપે ! ઇશ્વર છે ક્યાં, તે તો બતાવો ! વગેરે

તોઆહ ! પ્રભુ ! તોઆહ ! નાસ્તિક તો સેંકડો જોયા છે. પરંતુ પોતે ઇશ્વરને ન માને, અન્ય વ્યક્તિને ઇશ્વર નથી—એ હંબગ છે એમ ઉપદેશ કરે, પણ ઇશ્વરનું નામ લેતાં તેલના તાવડામાં ત્રિલોકીને નાંખી તાવી નાંખનાર આવા બિરાદરોથી પ્રભુ તોઆહ ! તેમને કશું લખવાની ઇચ્છા થતી નથી. તેમના માનસ પ્રત્યે માત્ર દયા જ ઉપજે છે.

* .

એથા બાપ છે વસોના ગૃહસ્થઃ એમનાં ધર્મપત્ની આજે ચાર વરસથી ગુજરી ગયાં છે. તેઓ એવા પત્નીપ્રેમી કે શરૂઆતમાં એકાદ વર્ષ વિત્યા પછી આમજનોએ ફરી લગ્ન કરી લેવા આગ્રહ કર્યો, પણ એમણે તો આજીવન મૃત પત્નીની પ્રેમાળ છબીનાં દર્શન કરીને વિધુર અવસ્થા જ ગાળવાનો નિશ્ચય કર્યો હતો. પણ છેલ્લા એકાદ વર્ષથી એમને પ્રેમિકાની ભૂખ જાગી છે, અને એ ભૂખમાં તે એવા રોકાઈ રહ્યા છે કે કોઈ પણ પાડોશની, ગામની, સંબંધીની કે સ્નેહીની મહિલા જુવે છે એટલે ઇલેક્ટ્રીકનો કરંટ લાગવાથી જેમ અથ દમને બત્તી થાય છે તેમ તેમના દિલની જાતીય ભૂખ બેબાકળી થઈને તાંડવ કરવા માંડે છે. રાત્રિ દિવસ જોને જુએ તેને ભોળવવા

પ્રયાસ કરે છે ! પણ તેમાં બાર બાર મહિના થયા ફાવી શક્યા નથી. હવે મારે શરણે આવ્યા છે : ‘ મહાશય ! એવો ઉપાય બતાવો કે એ અજમાવતાં જેની તરફ મારી નજર કરું તે પાંચ જ મીનીટમાં મને એવી વશ થઇ જાય કે બસ તે ખસી ન શકે, આંધળી બીંત બને અને મને જ જીવે ! ’ ફરી લખે છે : ‘ તમારો અને બરોસો છે, તમે મહાન સમર્થ પુરૂષ છો ! હું પણ થરતો સુખી માણસ છું ! સોબસો રૂપીઆ ખરચ થાય તેનો વાંધો નથી ! ઉપાય માત્ર સરલ અને સફળ હોવો જોઈએ. આપ લખશો એટલે નાણું પ્રથમ મોકલી આપીશ ! ’ વગેરે, વગેરે.

પામર પ્રાણી ! દુનિયાની રાહદારી રીતે પત્ની મેળવી તું રાચતો નથી, પરાઇ સ્ત્રીને મોહિની કરી વશ કરવી—એવી ઇચ્છા ધરાવનાર દુર્બળ હૃદયના માનવી ! આંખો ઉપર લાગેલાં અંધારીયાં ચશ્માં ઉતારી લે અને વિચાર કર કે તારી બહેન, દીકરી કે પત્ની તરફ કોઇ કુદૃષ્ટિ કરે તો તને દુઃખ થાય કે નહિ ? કદાચ એવાં પણ હૃદય હોય છે કે જેમને એવા સંજોગોમાં પણ દિલમાં દદ્દ થતું નથી ! છતાં નૈતિક કાયદો જેને પાપ માને છે—મનાવવા આશ્રય કરે છે તેને તોડનાર સુખી થાય છે એમ કાણ કહેશે ? ઉપરથી પીળાં અને રૂપાળાં લાગતાં ઇંદ્રામણાંનાં રૂળ અંદર કડવાં ઝેર હોય છે, એ વ્યભિચારની રૂપકતા જોનારને નથી સમજાતું. પણ તેનાં પરિણામ રૂપી કડવા રવાદનો અનુભવ થાય છે ત્યારે જ તે ખરી કડવાશ અનુભવે છે.

બીજી વાત, આ બાઇની એ દિશા શૂન્ય છે કે હું એક વૈદ્ય છું. વૈદ્યક સંબંધી મારા જ્ઞાન અને અનુભવથી વિના મૂલ્યે હું સેવા કરી શકું. પણ હું કાંઇ જત્ર, તત્ર, મત્ર જાણનાર ઓલીઓ નથી. એવો કોઇ માનવી હોય તો તે તમારા જેવા કામાધ સ્વાર્થથી ભરેલા બાઇસાહેબ પાસેથી સો બસો રૂપીયા જરૂર ઓકાવી લે.

એક ભાઈને હું ઓળખું છું. ક્યારેક એ મારી પાસે પણ આવે છે. એમનો સ્વભાવ તમારા જેવો જ છે. ધણી દિવસથી એ ભાઈ મોહિની કરાવવા માટે સાધુ, ફકીર, ઓલીયા, મંત્રશાસ્ત્રી, નેશી, દિગંબર, કીમીયાગારને શોધતા ફરતા હતા અને પૈસા ખગાડતા હતા. તેમાં એક ફકિરગદા તેમને મળી ગયા. લાંબી ચોડી વાતોથી એમને રીઝાવ્યા અને તાત્કાલિક અમલ કરે એવી અત્તર મોહિની કરી આપવા કહ્યું. ફકિરે એક અત્તરની શીશી અને રૂપીઆ અગી-આર લઈ આવવા જણાવ્યું. આ ભાઈ તો જાણે એ શોધતા જ હતા. એટલે એમને તો આવા મહાન માણસ મળી જવાથી મોઢામાં ગોળ પડ્યો ! અને અગીઆર રૂપીઆ તથા અત્તરની શીશી કંઈ ગુફારે એમની પાસે જઈ આવ્યા. ત્યાંસુધી તો મને ખબર નહિ, પણ એમનું કામ પકે પાયે થઈ ગયું પછી તરત એ ભાઈ મને મળ્યા અને ઉન્સાહના આવેગમાં પોતે ફટલી હદ સુધી ફાગ્યા છે એ વાત કરવા લાગ્યા.

એમને ફકિરે એવી રીત બતાવેલી કે જે સ્ત્રીને મોહિત કરવાની હોય તેની પાસે જઈ તેના કાનમાં અત્તરનું પુંખકું ખોસી આવવું. પોતે પણ એ વખતે એ અત્તર કાનમાં મૂકવું અને નીચેનો પ્રલમ પઢવો.

‘ અલહમદુલ્લા સગીરાની જેસે
યુસપે’ જીલાંખાં દીવાની, તેસે તું હો

મેરે પેં દીવાની ! હો તો દીવાની ન હો તો દીવાની ! ’

આ પ્રલમ પઢીને પોતે અત્તર કાનમાં ખોસવું અને સામેની વ્યક્તિના કાનમાં ખોસવું. બમ ન્યાં એના કાનમાં અત્તર પડ્યું અને એક કલમો પઢ્યો એટલે તે આંધળી બીંત ! આ ભાઈ મને વાત કરતા જાય અને રસના ધુંટકા ઉતારતા જાય. જાણે એમને સ્વર્ગનું રાજ મળ્યું કે કીલી દ્રાક્ષ ખાવા મળી !

પછી મારો અભિપ્રાય પૂછ્યો. મેં કહ્યું : ‘ભાઈ ! ખરી રીતે તમારા મિત્ર ગણાવું, એ પણ મને શરમજનક લાગે છે. પણ તમે દુનિયાની ઉપલી નજરથી એવા ખાનદાન છો કે તમારાં છુપાં કાર્યોને કોઈ જાણતું નથી. જો કે આવા મંત્રજાત્રી કોઈ મોહિત થાય એમ હું તો માનતો જ નથી. અને તમારી માન્યતા પ્રમાણે કદાચ થાય તો પણ એથી શું ભાઈ ! જે વસ્તુ હરામ ગણાય તે તરફ જનાર હરામી છે. માટે આવી પ્રવૃત્તિ અને બરબાદી છોડી નૈતિક અને પ્રામાણિક રાહ પર ચાલો એવો મારો અભિપ્રાય છે.’

પણ વેગ એ એક એવી વસ્તુ છે કે માર્ગમાં પડેલા પદાર્થ ઉપરથી ઉછળીને પણ આગળ વધે છે. એ ભાઈએ આઠ દિવસમા જ ધાર્યું કાર્ય ક્યું ! અત્તર પહેરાવવા જતા એક રાત્રે છૂપી રીતે ચંપલ-ખાસડાનો ખાસો મળેને મારે ખૂબ ધરાઈને ખાધો, ઇજ્જતની રેવડી દાણાદાણ થઈ ને એ બિરાદર બે મહિનાની રીકરગ્ગ ભોગવી આવી, પછી તેમનું શ્યામ મોઢું બહાર બતાવવા શક્તિમાન બન્યા.

આ મારો જોયેલો દાખલો છે. પરંતુ પ્રત્યે છક્કી બનનાર બિરાદર માટે તે ટાંક્યો છે અને એ ભાઈને મારે વિનંતિ કરવાની એ છે કે હું કોઈ આવા મોહિનીમંતર, જાંતર જાણતો નથી, અને મને હરામના સો બસો તો શું પણ હજાર, બે હજાર કે બાર હજાર રૂપીઆ પણ જોઈતા નથી. માત્ર તમારી કંગાલ વર્તણૂકની મને અત્યંત દયા આવે છે અને મને લાગે છે કે જો તમે કોઈ પક્ષા ઉડાઉગીરને હાથે પકી ગયા તો તમારા બસો પાંચસો જે મળ્યા તે ચરી જશે અને એની આપેલી મોહિનીથી તમારી સારી રીતે પુણ્યાંબલી-પૂજા થશે. માટે માફ કરજી શોધનાર બહાલા ભાઈ ! બુદ્ધિ ઉપર લાગેલો અધિકાર ઉડાડીને શુદ્ધ બુદ્ધિથી લમ કરી અર્ધાંગના મેળેના અને સસારનો-વિષયેચ્છાનો નાશવંત દેહાવો લ્યો. પછી તો ભાઈ ! ઠોકર વાગ્યા વિના સમજણ આવતી નથી.

(૧૩૪) પુલયંદ મોરારજી—અમદાવાદ

આપનો પ્રશ્ન છે : આપના મિત્રે મચ્છી અને દુધ એક સાથે ખાવાથી તેનું ઝેર થયું છે અને ચહેરા ઉપર તથા શરીર ઉપર તે કુટી નીકળ્યું છે. તેનો આપ ઉપાય માગો છો :

પ્રથમ તો આ લાઘને ત્રણ ચાર સારા રેચ આપી દેવા જોઈએ કે જેથી ઝાડા મરફત શરીર અને આંતરડાં માંહેનો તમામ કચરો નીકળી જાય. રેચની દવા તરીકે નારાયણ રસ સરસ છે. તેની વૈધને ત્યાંથી તૈયાર ગોળી મળશે. દરરોજ એ ગોળી સાધારણ ગરમ પાણી સાથે આપો. એટલે ત્રણ ચાર ઝાડા થશે. વચમાં એક દિવસ બંધ રાખીને ફરી આપો. ત્રણ રેચ આપો અને રેચના દિવસે ખીચડી (ચોખા મગની) અને ઘી સિવાય બીજા કાંઈ ખોરાક આપશો નહિ.

ત્યારબાદ મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ દિવસમાં એ વખત આપો. સાથે અમૃતાગુગ્ગુલી બમે ગોળીઓ ગળાવો. એ ક્વાથ અઢી રૂપીઆભાર એક શેર પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી રહે એટલે ગાળી લઇને સવારે ગોળી સાથે પી જવો. એવી જ રીતે સાંજે કુચો ઉકાળીને ક્વાથ ફરીથી પણુ આપવો. શરીર ઉપર ચોળવા માટે ઘી તો. ૨૦ ની અંદર જામનાં પાતરાં તો. ૨૫, લીંબડાનાં પાતરાં તો. ૨૫ ને છુંદીને નાંખવાં. પછી ઘી ગરમ કરવું. પાતરાં બળી જાય એટલે ઘીને ગાળી લેવું. ગાળ્યા પછી તેમાં કંપીતો તો. ૧, કપુર તો. ૧, ગંધક તો. ૧ બારીક કરી નાંખવાં. તેને બરાબર ઘીમાં મેળવી છુટીને બરછી બરવી. શરીર ઉપર આ ઘી ચોળીને અરધા કલાક પછી સાબુથી ઘોષ નાંખવું.

આ દવાઓ ચાલતી હોય ત્યારે દુધ, ખટાસ અને મીઠાની પરજી પાળવી. તે બિલકુલ ખાવાં નહિ. મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ અને અમૃતાગુગ્ગુ સારા વૈદ્યોને ત્યાં અથવા ફાર્મસીમાંથી તૈયાર મળશે.

(૧૩૫) ૧૭૬-પુના

પત્ર મળ્યો, બહેન ! તમારા પ્રશ્નોના જવાબમાં:

(૧) સ્તનપ્રદેશ કઠિન કરવા માટે સ્નાયુ તંગ બનાવે તેવાં ઔષધો ખાવાં જોઈએ, લટકી ગયેલા સ્તનપ્રદેશને ઉચકી લાઇ સર-ખાઇમાં રાખે તેવી ચોળીઓ હમેશાં પહેરી રાખવી જોઈએ. આવી રચરચની ચોળીઓ પણ તૈયાર આવે છે.

ઝેરકાચલાની બનાવટ, ગુગળની બનાવટ, આહુતની બનાવટ-આવા પદાર્થો સ્તનના સ્નાયુઓને મજબૂતી આપે છે અને ગ્રંથીઓને સખત કરે છે.

તેલ માલીસ પણ થઇ શકે. અગાઉ ‘બહુરૂપી’ના અંકમાં આપેલ દાહમના પંચાંગના ઉકાળા સાથે તેલ અને ઉપરથી બદામના તેલની બનાવટ બહુ જ ઉપયોગી અને સચ્ચ ફળ આપનારી છે. એ બનાવટ ‘બહુરૂપી’ માં બતાવ્યા પછી સેંકડો બહેનોએ વાપરી છે અને તેનાં વખાણુ ક્યાં છે.

(૨) સમાગમ પછી પાણી તુરત પીવાય કે નહિ ? એ તમારા બીજા પ્રશ્નના જવાબમાં મારો નકાર છે. કારણ કે સમાગમ પછી શરીર ખુબ ઉષ્મ અનુભવતું હોય છે. અને એને અંગે કદાચ કોઈ-કને શોષ પડતો હોય તો પણ પાણી પીવું એ નુકસાનકારક છે. સમાગમ કાળ પછી અરધો કલાક બાદ ગરમ કરી ઠારેલું દુધ લેવું એ લાભકારક છે. પાણીની ઇચ્છાવાળાએ ત્રણ કલાક ઓછામાં ઓછા જવા દેવા જોઈએ. જેવી રીતે પાણી પીવું નુકસાનકારક છે, તેવી રીતે ઠંડા પાણીથી તુરત ગુપ્ત ભાગ ધોવો એ પણ હાનિકર્તા છે. એટલે એ પ્રમાણે ઠંડું પાણી લેનાર પુરૂષના ગુપ્ત ભાગની નસો ધીમે ધીમે નબળી બની ઉપર તરી આવે છે. અને સ્ત્રીને યોનીમાર્ગનું અથવા ગર્ભાશયનું જલદર કિંવા ગર્ભાશયનો વરમ થાય છે. આવી નજીવી બાતથી લાંબા દિવસે પુરૂષ નપુંસક જેવો થઇ જાય છે અને સ્ત્રીને

ગુપ્ત ભાગના ખરાબ વ્યાધિ પેદા થાય છે. એટલે ઠંડું જળ વાપરનારને આ સાવચેતી બહુ જરૂરના છે. જો કે સમાગમ પછી ઉભય સ્ત્રીપુરુષને સફાઈ કરવાની પરમ આવશ્યકતા છે. એટલે સાધારણ ગરમ પાણી-જેટલી શરીરમાં ગરમાઈ હોય એટલું ગરમ પાણી લેવું એ ઠીક છે. ઉંઢાળાના વખતમાં ત્રાંબાપીતળમાં રાખેલું પાણી વાપરવામાં વાંધો નથી. ઠંડી ઋતુમાં પાણી જરૂર ગરમ કરીને વાપરવું.

ત્રીજો પ્રશ્ન છે સમાગમ પછી પેસાળ કરવાની હાજત થાય છે તે રોગ છે કે જરૂરી છે ?

સમાગમ પહેલાં બન્ને જણાં જો પેશાબની હાજતનો નિકાલ કરી લે છે તો પછી તાત્કાલિક હાજત થતી નથી અને કદાચ સમાગમ કાળ દરમ્યાન મૂત્રાશય નજીક હોવાથી તેના ઉપર ધર્ષણની અસર થાય છે એટલે સમાગમ પછી શંકા થાય તો પેસાળ કરી લેવો એ વધારે સાફ છે. એ કાંઈ રોગ નથી બલકે પુરુષને તો સમાગમ પછીથી કેટલીક વખત લાભ થાય છે અને સ્ત્રી સમાગમ કાળે સ્ત્રી જો રોગીષ્ટ હોય અને તેનો ચેપ કે જંતુ નળીમાં દાખલ થયો હોય તો પેસાળથી ઘોવાઈ સાફ થઈ જાય છે,

*

(૧૩૬) મોહન-મુંબઈ

પ્રશ્ન પગ, ધ્રુજ્યા કરે છે. ઉંમર વરસ ૨૦ ની છે. આજના વીશ વરસના યુવાનોના હાથ પગ ધ્રુજે એ પણ દેશનાં કમભાગ્ય ગણાય, ભાઈ !

ઉપાય

શુદ્ધ ઝેરકાચલા તો. ૫, મરી તો. ૧, લવીંગ તો. ૧, રસસિં-
દુર તો. ૧, પાંપર તો. ૨, કરતુરી વાલ ૨, સોનાના વરખ
વાલ ૨.

બધી વસ્તુ ખાંડીને પાછડર ક્યાં પછી ખરલમાં નાંખીને સોના-
ગર વેલનાં પાનનો રસ નાંખી, ધુંટી મગના દાંણા જેવડી ગોળી
વાળો. સવાર, બપોર, સાંજ બધે ગોળી દુધ અથવા પાણી સાથે
ધ્યો. એકાદ મહિનામાં જરૂર લાભ થશે. એક મહિનાથી વધુ ન લેશો.
દુધ, ઘી વધુ લેજો અને અલ્પચર્ય પાળજો.

*

(૧૩૭) દેવેન્દ્ર કુમાર-વડોદરા

ભેદી વ્યક્તિ-અમરેલી

રમણલાલ દેસાઈ-અમદાવાદ

આ ત્રણે ભાષાઓની એક જ ફરિયાદ છે અને એક સરખો
કેસ છે. હસ્તમૈથુનની કુટેવ, શરીરમાં નબળાઈ, ગુપ્ત ભાગની કમ-
જોરી, આપઘાતની ઇચ્છા અને સંસાર પ્રત્યે ઇતરાજ.

આ ત્રણે ભાષાઓની કથા અત્યંત દુઃખ ઉપજાવે છે. પણ એ
વિષે વધુ નહિ લખતાં તેમને માટે ઉપાય દર્શાવું છું, જે આવી
સ્થિતિ અનુભવતા અન્યને પણ ઉપયોગી થશે. માત્ર શક્તિને
સંચય કર્યા પછી તેનો દુવ્યય ન થાય એટલું સંભાળવાની જરૂર છે.

પ્રથમ મહિને ગળો, ગોખરૂ, આંબળાં, સરખે વજને લઈ, ત્રણે
વસ્તુનું ચુર્ણ બનાવી, અરધા બાર દર ત્રણ વખત દિવસમાં લેવું.

જમ્યા પછી હીંગાષ્ટક ખેડે વખત લેવું. રાત્રે સુતી વખતે સારી
જાતની હરડે લેવી. એક મહિનો ઉપરનો પ્રયોગ કર્યા પછી બીજા
મહિને પ્રવાલ ભસ્મ તો. ૩, લોહ ભસ્મ તો. ૧, રસસિંદુર તો. ૧,
ગળોસરવ તો. ૧, તાલીમખાનાં તો. ૫, બળખીજ તો. ૫, બં-
ભસ્મ તો. ૨, ચાંદીના વરખ નંબ ૧૦૦, સોનાના વરખ નંબ ૫૦,
શીલાજીત તો. ૧૧.

પૂ. ક. ૧૪

સરખી રીતે મેળવી કેવડાજળમાં ઘુટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી દિવસમાં ત્રણ વખત એકેક ગોળી દુધ સાથે લેવી.

લગાવવાની દવા—સફેદ કરેણના મૂળની છાલ તો. ૨૦ તથા બેંસનું દુધ શેર ૧૦. છાલને ખૂબ બારીક કુટી દુધમાં નાંખી દુધ ઉકાળવું. બે ઉભરા આવે એટલે નીચે ઉતારી પછી તેમાં ખટાશ નાંખી જમાવવું. તેની છાશ બનાવી માખણ ઉતારવું અને તેનું વજન તો. ૧૦ હોય તો તેમાં સિંહની ચરખી તો. ૧૦ નાંખવી. અને એ વીશ તોલામાં અરધો તોલો ‘લાઇકર એપીસ પેસ્ટીક’ (વિલાયતી દવા છે) નાંખવી. એ પ્રમાણે કરીને તૈયાર કરવું. આ તીલ્લો જાદુગરની માફક કામ કરે છે. ગુણભાગ ઉપર દિવસમાં એક વખત માલીસ કરી ઉપર નાગરવેલનું પાન બાંધી સુષ જવાથી અને એકાદ મહિનો ચાલુ રાખવાથી હસ્તદોંખથી થયેલી નબળાઇ સંપૂર્ણ નાશ પામી શકે છે.

ઉપરનો બે મહિનાનો કોર્સ બતાવ્યો છે તે પ્રમાણે કરવાથી તમારી બિમારી નાશ પામશે, સંપૂર્ણ મર્દાઇ આવશે. ચહા બંધ કરશો, ખીડીનું બ્યસન મૂકી દેશો તો જરૂર સાફ થઇ જશે.

*

(૧૩૮) ડૉ. ૩૯, પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ—મુંબઈ

એક બાઇ ઉપરના ઠેકાણેથી પત્ર લખે છે અને પોતાનું નામ જણાવવા ના લખે છે. એમની હકીકત છે: વેશ્યાગમન પછી થયેલી ચાંદી અને એનું પરિણામ, તે માટે દવાઓ અને એ દવાઓ મારી પાસે છે કે નહિ? તેની શી કીમત? વગેરે બાબત.

આવા પત્રોના જવાબ સીધા મંગાવવા ઘટે. દવાઓ બધી તૈયાર મળે છે. સીધો જવાબ મંગાવશો તો જ આવી વાતોનો નિકાલ થઇ શકશે.

*

(૧૩૬) ઇસમાંઇલ જમાલ-કરી

આપને નાકમાં છોડ બાઝે છે એને લઈ નાકથી જાસ
ખરાખર લઈ શકાતો નથી અને બે વરસથી હેરાન થાઓ છો. એનો
ઉપાય માગો છો ને ખિરાદર ?

વાર, તમારે માટે ઉપાય ઘણો સસ્તો ને સહેલો છે. ઇર્ધાં,
મચ્છી, માંસ બંધ કરો. એ ગરમ ખોરાક છે. અને ગાયનું ઘી
દરરોજ દિવસમાં ત્રણ વખત સુધો. વધુ વખત સુધશે તો પશુ
સાફ છે. સવારના ખોરાકમાં અઢીથી પાંચ તોલા માખણ અને
રૂપીઆભાર સાકર રોટલીની સાથે લ્યો. એક મહિનામાં છોડ થના
બંધ થઈ જશે. માથા ઉપર ગરમ પાણી કદાપિ નાંખશો નહિ.

*

(૧૪૦) દુઃખીને-મુંબઈ

ગુલરાવાનું શું કારણ છે, બાપ સાહેબ ? તમારી કહાણી
સાંભળી મને દુઃખ થશે એમ તમે લખો છો. જરૂર મને દુઃખ થાય.
પરંતુ તે તમારે માટે નહિ, પણ મારા સમાજ પ્રત્યે અને યુવાનો
પ્રત્યેની બેદરકારી રાખનાર વ્યવસ્થાપકો માટે. વિનાશની બદી જોર-
શોરથી દોડી રહી છે. લાખો યુવાનો હસ્તમૈયુનથી નાઇલાજ બની
રહ્યા છે. પરંતુ એ માટે કોઈ ખાસ વ્યવસ્થા નથી કે એને માટે
કોઈ સક્રિય ઉપાય લેવામાં નથી આવતો. પ્લેગ, કોલેરા, ક્ષીતળા
જેવા જંગુજન્ય વ્યાધિથી ચેતાવવા ઉપાયો લેવામાં આવે છે, એ
માટે પ્રચાર કરવામાં આવે છે. તે કરતાં પણ આ બદીનો ચેપ
અત્યંત લપંકરતા ફેલાવી રહ્યો છે અને રોજખરોજ દશ વીસ યુવા-
નોની આવતી ફરિયાદોથી મારા કાનના પડદા બહાર મારી ગયા છે.
છતાં તમારે નિરાશ થવાનું કારણ નથી. તમારે માટેના ઉપાય વિશે
જણાવવાનું કે ઉપર એક સાથે ત્રણ લાઈઓનાં નામ લખીને ખાવા
તથા માલીસ કરવાના જે ઉપાયો અતાવ્યા છે તેમાં તમારા ઉપાયનો
પણ સમાવેશ થઈ જાય છે.

*

(૧૪૧) સોમાલાલ—પાટણ

કસ્તુરીનાં ઝાડ ક્યાં થાય છે ? એ વિષેનો તમારો પ્રશ્ન છે :

ભાષ કસ્તુરીનાં ઝાડ નથી થતાં પણ એ તો પ્રાણીજ ઔષધ છે. મૃગ અથવા જેને આપણે હરણ કહીએ છીએ તે જાતનું એ પ્રાણી છે અને એને કસ્તુરીઓ મૃગ કહે છે. એને વૃક્ષણી ઉપર ફૂંટાની જગ્યાએ એક ગ્રંથી થાય છે. જન્મથી એ ગ્રંથી હોતી નથી પણ પરિપક્વ ઉમર થયા પછી એનો આવિર્ભાવ થાય છે; અને જ્યારે એ ગાંઠ પરિપક્વ થવા લાગે છે ત્યારે તેનું મોત પણ નજીક આવે છે. કારણ કે કસ્તુરી જ્યારે એ ફૂંટામાં પાકે છે ત્યારે હરણને કસ્તુરીની ખુશબો આવે છે. એ ખુશબો ક્યાંથી આવે છે તેની પોતાને ખબર નહિ પડવાથી, કસ્તુરીનો પરિપાક થાય છે એટલે એની ખુશબોને ખોળવા માટે કસ્તુરી મૃગ દોડવા લાગે છે, ભૂખ, તરસને ભૂલી જઈને તે ભટક્યા કરે છે અને દોડાદોડીને ચાકી છેવટે પ્રાણ અર્પણ કરે છે. કેટલાકનું એમ પણ માનવું છે કે તે ખુશબોની ખાતર નહિ પરંતુ એ વખતે તેને એક પ્રકારનું દર્દ થાય છે તેથી તે ભટક્યા કરે છે, એટલે કે જેમ કુતરું હડકવા માસા પછી એક જગ્યાએ ઉભું રહી શકતું નથી અને ભટકી ભટકી દર્દના દુઃખે મરે છે, તેમ આ મૃગ પણ મરે છે. ભલે ખુશબોથી અથવા દર્દથી—ગમે તે કારણથી પણ કસ્તુરીના પરિપાકના સમયે એ કસ્તુરીમૃગ મરણ સમીપે જઈ નાખૂદ થાય છે. મરણપચારીએ પડેલાં માનવીઓને જીવનદાતા કિંમતી કસ્તુરી એ રીતે પોતાને પેદા કરનાર મૃગના મૃત્યુનો પયગામ લાવનારી બને છે.

કસ્તુરી જેમ મૃગમાં થાય છે તેમ એક જાતના ખિલાડામાં પણ થાય છે એમ સાંભળ્યું છે.

કાશ્મીર અને નેપાલની રાજ્યભૂમિનાં જંગલોમાં આ પ્રાણીઓ છે અને બન્ને જગ્યાઓથી કસ્તુરી વેચાવા આવે છે. કાશ્મીરના કરતાં

નેપાલની કસ્તુરી ઉમદા ગણાય છે. બન્ને સ્થળે કસ્તુરી ઉપર રાજ્યનો અધિકાર છે. તેઓ માણસોને જંગલમાં રાખે છે અને એ લોકો આવા મૃગોમાંથી કસ્તુરી લઇ આવી, રાજ્યને અથવા રાજ્યના જમલખાતાને સોંપે છે અને ત્યાંથી બીજા દેશમાં વેચાવા જાય છે. તે ઉપરાંત બનાવટી કસ્તુરી પણ લાખો તોલા વેચાય છે. માટે ખરીદતા પહેલાં પૂરી તપાસ કરી ખાત્રી કરવી.

આ જવાબ ‘બહુરૂપી’માં પ્રગટ થયા પછીથી જાણવામાં આવ્યું છે કે હીમાલય પહાડમાં લાંબા છોકરાય છે. એને ‘લતાકસ્તુરી’ કહે છે. તેને બીંડા જેવાં ફળ આવે છે. તેની અંદર કાળાશ્વ પડતાં બીજ હોય છે. એ બીજ ચાવતાં કસ્તુરીના જેવી સુવાસ આવે છે. એ બીજમાં કસ્તુરીની વાસ અને અમુક અંશે તેનો દ્રવ્યગુણ હોઈ શકે, તથાપિ તેને ‘કસ્તુરી’ તો ન જ કહી શકાય.

*

(૧૪૨) ‘રઝળતો વેપારી’ બુકોબાવાસી-આફ્રિકા

પુત્ર મળ્યો. બિરાદર, તમારો આફ્રિકામાંનો વસવાટ અને ત્યાં ગયા પછીનાં તમામ પરાક્રમે વાંચ્યાં.

હવે ગદ્ય ગુજરી બહારી જાયો અને પવિત્ર જીવન શરૂ કરો. ખીલતી જીવાની, પૈસાની કમાણી અને ઠાક રોક-ટોક કરનાર ન હોય તેવા જીવાનોની જે હાલત થાય તેવી તમારી થઇ છે. દારૂ, સીગારેટ, વેશ્યા, આદિએ તમોને જર અને તુરથી નીચોવી નાંખ્યા, અને એમ બનેજ છે. માણસને ઠોકર વાગે છે ત્યારે જ સમજણ આવે છે, નોકરી ગદ્ય, પૈસા બંધ થયા અને આંખ ઉધડી.

એક રીતે તો પરમ કૃપાળુ પરમાત્માનો તમારો આભાર માનવો જોઇએ. જે તમોને નિરંતર સારી આવક ચાલુ રહી હોત તો તમારાં વ્યસનો અને બધી પણ ચાલુજ રહેત, અને હાલ જે સ્થિતિમાં છો તેથી પણ તમને કટકાચ દૂર ફેંકી દીધા હોત. પરંતુ

તમને લક્ષ્મી વિનાના બનાવી, જીવનની એક સાચી શિખામણુ આપી છે કે લક્ષ્મી જો સીધે માર્ગે નથી લાઇ જતી અને અવળા રસ્તે લાઇ જાય છે તો કેવી હાલત થાય છે !

હવે પછી પણ સાદા અને સાર્વિક જીવનથી રહી શકશો તો ધીરે ધીરે શરીર સુધરી જશે. લામ કરી લીધું છે એ પણ ઠીક જ કયું છે. તમારે માટે પત્ની એ એક કસ્ટમ્સની લાઇનદોરી બની રહેશે કે ગુન્હો ન કરે, માનવધર્મના ગુન્હેગાર ન બને. જો તમે તેમ બનવા તરફ વળો તો તમારી જાંચ થાય અને જડતી લેવાય. સ્ત્રી અને પુરૂષ જીવનમાં જેમ સાથીદાર છે તેમ રખેવાળ પણ છે. અંદરખાને અથવા આંતરિક વહેવારો ઉપર બ્યારે ઉંડી નજર કરીએ છીએ ત્યારે સ્ત્રી પુરૂષને અને પુરૂષ સ્ત્રીને વિપથગામી થતાં બચાવી લે છે, અવળે રસ્તે જતાં તેઓ ડરે છે.

નબળાઇ તો આવી જાય, કારણ કે બાવીસ વરસની અંદર તમોએ જીંદગીભરનો ખરચ કરી નાંખ્યો છે. એટલે હવે સંયમ રાખો અને શક્તિનો જમાવ કરો. શિર્ષાસન દરરોજ કરશો તો વૃથાણુ દુઃખતો બંધ થશે. દુઃખતા વૃથાણુ ઉપર, તમાકુના પાંદડાંપર શીલારસ લગાવી બાંધશો તો જલદી ઠીક થશે, અથવા થોડાક દિવસ ‘આયોડેક્સ’ લગાડવાનું ચાલુ રાખશો. એ દવા પેટનું બનાવટની નહાની ગોળ શીશીમાં આવે છે. ઉપર કાર્બોઈડનું ધરૂં હોય છે.

ખાવાની દવામાં સવારમાં બે ગોળી ચંદ્રબ્રહ્માની દુધ સાથે અને બે ગોળી ગોક્ષુરાદિ ગુગળની સાંજે લ્યો. આ દવા આયુર્વેદિક બનાવટની છે. તે ધીરે ધીરે પણ ઉત્તમ ફાયદો કરશે. ખૂબ ઠંડી શરૂ થાય એટલે એકાદ મહિનો પૂર્ણ ચંદ્રોદયની ગોળી લેશો તો બધી ખોટ નાબૂદ થઇ જશે. પૂર્ણ ચંદ્રોદયની ગોળી કામ જાણીતા વિશ્વસનીય વૈધરાજ પાસેથી લેશો. સરસ લાભ થશે. તેનો દુરપયોગ ન કરશો.

(૧૪૩) સુરતવાસી ભાઈશ્રી

પત્ર મળ્યો. આપ યુવાન હોવા છતાં આજ સુધી કોઈ બદીમાં નથી ફસાયા એ જાણી આનંદ થાય છે અને એવું જ વિશુદ્ધ જીવન જાળવી રાખવા આપને પ્રભુ સમર્થ મનોબળ આપે એવી ઇચ્છા પ્રત્યે પ્રાર્થના કરું છું.

યુવાન બાળકોમાં ફેલાઈ રહેલી હસ્તમૈથુન જેવી બદી માટે આપના મિત્રોના દાખલા લખી, એ શરીરને હાની કરનારી બદીને અટકાવવા માટે પુર જોસથી આદેશન જગાવવા આપ મને બલામણુ કરો છો, તેમજ મારી શક્તિ, બુદ્ધિથી દેશવ્યાપી આ ચળવળ હું જગાવું એ માટે આપ આગ્રહ કરો છો. વારં બાઈ, આપ નિયમિત ‘બહુરૂપી’ વાંચતા હશે તો આપને ખ્યાલમાં આવ્યા વગર નહિ રહ્યું હોય કે જ્યારે જ્યારે મને આવી જાતના પ્રશ્નો પુછાય છે ત્યારે ત્યારે યુવાનોને ચેતવવા હું મારી શક્તિ મુજબ સમજણથી ભરપૂર શિખામણુ આપું છું, એ બદીએ કેટલી પાયમાલી કરા છે તે વિષે ચેતાવું છું અને બાળકોનાં માઆપોને જાગતા રહેવાની બલામણુ કરું છું.

પરંતુ આપ લખો છો એ રીતના ખૂબ પ્રચારની જરૂર છે. જ્યાં કાલેજો હોય, બોર્ડિંગો હોય, સ્કુલો હોય ત્યાં ત્યાં પોસ્ટરો ચોઢાવી, એકાદ માસિક કે પત્રિકા કાઢી, કુટેવોથી ચતા શારીરિક, માનસિક બ્યાધિઓ, એનું બચાવકર પરિણામ આદિ દાખલા દલીલો સાથે ચર્ચાવામાં આવે તેમ ચવાની, અને રોજબરોજ યુવાનોની નજર સામે આ પ્રચારની જરૂર છે. એ પ્રચારની પાછળ ધનના બહોળા વ્યયની પણ જરૂર છે. તેમાં સેવાભાવી નિર્દોષ સાથીદારો જોઈએ. અને એ જો હોય તો આપના માનવા પ્રમાણે સેંકડો નહિ લાખો જુવાનોને કુમાર્જી વળતા અટકાવીને સાચા રાહ તરફ લાવી શકાય.

પરંતુ મારે કહેવું જોઈએ કે હું કાંઈ ધનવાન નથી. મારી પાસે જ્ઞાન, બુદ્ધિ અને આવું સત્કાર્ય કરવાની યોજના પડ્યાં છે. પરંતુ

ન્યાંસુધી આવા કાર્યને કોઇ પીકબળ આપનાર ન મળે ત્યાંસુધી શું કરી શકાય-તે આપને માટે વિચાર કરવા છોડું છું. બાકી રોજબરોજ પાંચ પંદર આવી બહીથી ખુવાર થયેલા યુવાનોના મળતા પત્રો વાંચુ છું અને મને કમકમાં આવે છે.

હજારો છુપા નપુંસકો બનેલા યુવાનો અને આંસુ-દૂપાં આંસુ સારતી યુવતીઓના પ્રત્યક્ષ દાખલાઓ જોઈ છું, જાણું છું ત્યારે હું દિગ્મૂઢ બનેલો થરથરો ઉડું છું. પરંતુ મારો ધારેલો માર્ગ હજી સ્વચ્છ નથી જણાતો. મને હજી આ માર્ગ માટે સાથ આપનાર નથી મળ્યો. છતાં આપના જેવા બિરાદરે પ્રેરણા પ્રેરી છે તે પણ મને આત્મસંતોષ મળવા જેવું લાગે છે કે જગતમાં યુવાનોનાં દુઃખે દુઃખી બનનાર આપના સમી વ્યક્તિઓ પણ છે ખરી.

બાકી ભાઈ, પ્રારંભથી ‘બહુરૂપી’એ અને બાળે ત્રણ વરસથી મેં એ દિશામાં પ્રયાણ કર્યું છે. બની શકે એટલા યુવાનોને એમાંથી બચાવ્યા છે, સાચો માર્ગ દર્શાવ્યો છે, અને તેમને મનુષ્ય તરીકે જીવવા લાયક કર્યા છે, છતાં આ પ્રયાસો મર્યાદિત છે. હજી પણ એને વધુ વેગવંત બનાવવાની જરૂર છે જ્યારે કોઇ માડીજાયો પૂત વસુધાનાં બાળકોને પોતાનાં સમજી, તેમના કલ્યાણ ખાતર પોતાનો ભોગ આપવા આગળ આવશે ત્યારે હું મારી સમગ્રી શક્તિ, બુદ્ધિ, અને બળથી એ દિશામાં પ્રયાણ કરીશ.

વારૂ, આપને શરીર ખીલવવું છે, બાંધો મજબૂત બનાવવો છે. એને માટે દવા નાંખવા માગો છો. પણ તે માટે દવાની કશી જરૂર નથી. ધીરે ધીરે શારીરિક કસરત વધારો. ખોરાક જે લ્યો છો તે જ સરસ છે. માત્ર ચીલગોળ, અંજીર, કીસમીસ, પીસ્ટાં, જેવો સુકો મેવો વધારે લેતા નજાઓ. જરૂર બાંધો મજબૂત બનશે. ઉંચાઈ તો આપનાં માતૃપિતાની ઉંચાઈથી વધુ નહિ થાય.

(૧૪૪) એ. ત્રીપાઠી—મુંબઈ

પત્ર મળ્યો, ભાઈ! પ્રથમ ‘બહુરૂપી’માં આવતા મારા લખાણ ઉપર આપને વિશ્વાસ નહોતો. પરંતુ જેમ જેમ વાંચતા ગયા તેમ તેમ આપને વિશ્વાસ આવ્યો કે તેમાં કેવળ સાચો માર્ગ અને સત્ય હકીકત સિત્તાયના લેખો નથી. હવે તમે માનો છો કે ‘મારા જેવો દયાળુ, પરમાર્થી, નિઃસ્વાર્થી વૈદ્ય કોઈ નથી’ વગેરે. એ રીતે તમેએ કરેલી પ્રશ્નસા માટે આભાર.

ઇશ્વરે સાચાને સાચું માનવાની આપને સદ્બુદ્ધિ આપી એ ખાતે આપ પણ એનો ઉપકાર માનો.

ખ્રીષ્ણું આ વસુધામાં તો અનેક રત્નો પડ્યાં છે. ખિરાદર, મારાથી સમર્થ, વિદ્વાન, પૂજ્ય અને વંદનીય અનેક વૈદ્યો આપણા ભારત-વર્ષમાં છે. એટલે મારા જેવો કોઈ નથી એમ આપનું માનવું ઠીક નથી. માત્ર હું ગરીબોને મારા બંધુજનો સમજી સાચા માર્ગ તરફ લઈ જવા પ્રયત્ન કરું છું અને સદૈવ કરતો રહીશ.

સ્વાર્થના ભોગે પણ દરેકને હું માર્ગ બતાવું છું. અને સરલ જણાતો હોય ત્યાં તે માર્ગ બતાવવામાં મને લાલચ કદિ પણ લોભાવી શકતી નથી. ધનવાનો માટે તો નાણાં ખરચી અનેક સાચી સલાહ મેળવવાનાં સાધનો પડ્યાં છે. પરંતુ મર્યાદિત આવકવાળો રીખાતો હોય ત્યારે જે હું મારું જ્ઞાન અને બુદ્ધિ વેચવા નીકળું તો તેઓ કેમ ખરીદી શકે ?

ટીકા ખાતર નહિ પરંતુ દર્દીઓ હૃદયથી એક બિના લખ્યા વગર નથી રહી શકાતું. મુંબઈના એક સાચા વિદ્વાન અને સમર્થ ચિકિત્સકનો હમણું સ્વર્ગવાસ થયો. તેમની વિદ્વતા અને ચિકિત્સા વિષયક જ્ઞાન સંખ્યા એ મન છે જ નહિ. પરંતુ એ મહાપુરુષે

ગરીબો ની સેવા ન કરી. ધનાઢ્યો એમના ઉપાસક હતા. એમની શી દરરોજની બે-પાંચ, રૂપીઆ હતી. એથી વિશેષ હતો એમના સ્વભાવની તીવ્રતાનો જવાલામ્મિ ! મધ્યમ, સાધારણ, ગરીબ, એમની પાસે જતાં પશુ ધૂળ. તેઓ પોતાની પાછળ દશેક લાખ રૂપીઆ મૂકી ગયા છે એમ સાંભળ્યું છે. તેઓ ત્યાગી હતા એટલે એ રકમનો કહેવા અને સાંભળવા પ્રમાણે સદુપયોગ જ થશે.

છતાં આવા સમર્થ ધન્યંતરી સમા મહાપુરૂષ જો મારી ગરીબ હિંદી જનતાનો હાથ ઝાલે અને એમનાં અમૃત સમા જ્ઞાનવારિને હળવાં મૂલમાં વહેતાં મૂકે તો ? ધન એ જીવનનું ધ્યેય નથી. ધન કરતાંયે જ્ઞાનની-જ્ઞાનદાનની કીર્તન વધુ છે, ભાઈ !

થોડીક આપના પત્રની ચર્ચા કરી. હવે આપના દુઃખમય માર્ગ ઉપર પ્રકાશ પાથરું.

યુવાનીમાં-ઉઘડતી યુવાનીમાં મુંબઈમાં પ્રવેશ કર્યો. ત્યાં મિત્રો મળી ગયા. અને મુંબઈની બે બાળુઃ એક સ્વર્ગસમી દેવનગરીઃ એક રૌં રૌં નરકાગાર ! અને આપને એ મુંબઈની ડાબી બાળુ તરફ મિત્રો લઈ ચાલ્યા.

જીવનના માર્ગનો અણુજાણુ યુવાન દુષ્ટ મિત્રોનાં કારમાં કાતીલ હૃદયને ક્યાંથી પીછાને ? ‘ મધુ તિષ્ઠતિ જીહ્વામે, હૃદયે તુ હલાહલમ ’ જેના મુખમાં અમૃતમય વચનો ભર્યાં છે અને હૃદયમાં હળાહળ ઝેર છે એવા મિત્રોએ સીડીનાં એવાં પગથીયાં ચઢાવ્યાં કે હવે જ્યારે જ્ઞાન થયું ત્યારે આપને ખાત્રી થઈ કે પાછા વળવાની જરૂર છે. અને તેથી આપ સાચો માર્ગ માગો છો.

તે માર્ગ એ છે કે એવા લોકોની મિત્રતા છોડી દો, આપના એકેએક મિત્રને ચોખ્ખા શબ્દોમાં રૂપસદ આપો, ફરી એમનો વિશ્વાસ ન કરો, મનને મજબુત બનાવી સાત્વિક આહાર લ્યો, કરેલાં કુકર્મોની ઈશ્વર પાસે માફી માગો અને ઔષધો માટે:

સાલમ તો. ૨, સફેદ મુશળી તો. ૨, કાળીમુશળી તો. ૨,
સકાકુલમીશ્રી તો. ૨, બહમન લાલ તો. ૨. બહમન સફેદ તો. ૨,
જાવંત્રી તો. ૧, પીંપર તો. ૧, સુંઠ તો. ૧ જામફળ તો. ૧,
કુલીજન તો. ૧, એખરો તો. ૧, સતાવરી તો. ૧, વિદારીકંદ તો. ૧,
ગોખર તો. ૧.

એ બધાંને ખાંડી, ચાળીને બાટલી ભરી રાખો. સવાર સાંજ
પાવલીબાર, ગરમ કરીને ઠંડા કરેલા અરધા શેર દુધ સાથે લ્યો.
મરચાં છંડાં, તેલ ન લેવાં. તમારી બધી ફરિયાદ દૂર થશે, શરીરમાં
પડેલી ખોટ નાબૂદ થઇ વીર્ય ઘટ બનશે. સ્ત્રીસમાગમમાં આનંદ
આવશે. ઉપરનાં એસડીયાં સારા ગાંધીને ત્યાંથી મળી શકશે.

*

(૧૪૫) એક બહેન-કાલબાદેવી રોગ—મુંબઈ

આપનો પત્ર મળ્યો. બહેન, પ્રથમ આપનો પત્ર નીચે
ઉતારું છું:

‘હું આપને એક પ્રશ્ન પૂછવા માગું છું. મારી ઇચ્છા છે કે તે
તમે ‘બહુરૂપી’ માં પ્રગટ કરો તો આપનો આભાર નહિ બહુ.

‘હું ઇંગ્લીશ ચોથી ચોપડી લાખું છું. મારું અભ્યાસમાં જરા
પણ ચિત્ત લાગતું નથી. છેલ્લી ઘડીએ મહા મહેનતે પાસ થાઉં છું.
આખો વખત અને કંઈ કંઈ જાતના વિચારો આવ્યા કરે છે તેથી
લેસનમાં જરા પણ ચિત્ત બેસતું નથી.

‘તો મારે શું કરવું કે હું અભ્યાસ કરી શકું, ચિત્ત પગેવી શકું?’

બહેન, આપનો પ્રશ્ન ખીલકુલ સ્પષ્ટ છે, અભ્યાસ કરવાની ફરજ
એ આપને માથે લદાઇ છે અને તેથી ચિત્ત ચોટતું નથી.

આપનું કુટુંબ અભ્યાસ કરવા આપને દબાવ્યું કરે છે. આપને અભ્યાસ રૂચી ઉત્પન્ન કરતો નથી.

એક બિમાર માણસને સંજમીએ ' થોડુંક જમો ' કરી આમ્ર-હથી જમવા બેસારે છતાં એને ખોરાક ઉપર અરૂચી છે એટલે એ જમી શકે નહિ એ સ્થિતિ આપની સમજાય છે.

અભ્યાસ શા માટે કરવો, એ અભ્યાસ કરનારની સામે હોયું જોઈએ, અને જ્યારે અભ્યાસ કરવાથી થતા લાભને અભ્યાસ કરનાર ચિત્તની પ્રસન્નતાથી સમજી લે છે, તો તેને રૂચી અથવા અભ્યાસમાં પ્રીતિ ઉત્પન્ન થાય છે અને એ પ્રીતિ એના ચિત્તની એકાગ્રતા કરે છે.

આપ અભ્યાસ કરી આગળ વધો, મેટ્રિક થાઓ, બી. એ. બનો અને એક શિષ્ટ તથા સંસ્કારી સમાજમાં ફળવાણેલી સ્ત્રી તરીકે આગળ આવો. વગેરે બાબતો તો આપની નજર સામે જ છે. અને એ બાવના નજર સામે હોય તો આપના ચિત્તપ્રદેશ ઉપર ખીજી કોઈ વસ્તુ, કોઈ વિચારો આવવા જ ન જોઈએ. એક વિદ્યાર્થી અથવા એક વિદ્યાર્થીનીને વિદ્યાભ્યાસ ચાલતો હોય ત્યારે તેમને ખાસ કરી સાંસારિક અને સામાજિક કાર્યો અથવા વાતાવરણથી બહુ ઓતપ્રોત થવાં ન દેવાં જોઈએ. કારણ કે માનવશરીરમાં રહેલું અંતઃકરણ એ એક નિર્મળ આયતો છે. તેમાં પણ કુમળી વયનાં બાળકાનું અંતઃકરણ તો એટલું નિર્મળ હોય છે કે બહારનાં કલુષિત કાર્યો ત્વરૂપી બિખિત થાય છે અને એની અસર ચિત્તપ્રદેશ ઉપર મૂકી જાય છે.

આવાં વિદ્યાતકતરો વડે જ્યારે ચિત્તપ્રદેશ ભરાવા લાગે છે ત્યારે ચિત્તની એકાગ્રતા કેન્દ્રિત કરનારી વૃત્તિ વિભક્ત બને છે અને પછી અનિચ્છાએ પણ વિચારો સામ્રાજ્ય જમાવે છે.

પંદર વરસની વય તો બહેન તમારી વધુ નથી. હજી પણ તમે ધારે અને બીજી કોઈ હવાને અંદર દાખલ થવા માટે મનની ખડકીના દરવાજાની સાંકળ બંધ કરી રાખો તો ચિત્ત એકમાર્ગી બની અભ્યાસમાં લાગી શકે.

તમારૂં મન અથવા ચિત્ત વ્યાધિગ્રસ્ત નથી પણ વિચારગ્રસ્ત છે. દવાથી એને સાફ ન કરી શકાય, અને કોઈ દવાની જરૂર પણ નથી. તમારા પત્ર ઉપરથી જ જણાય છે કે છેક છેલ્લી ધડીએ મહેનત કરીને તમે પાસ થઈ જાઓ છો. એ ઉપરથી પણ તમે સમજી શકતાં હશે કે ચિત્તને દબાવું કરી બીજી બધી બાબતો સંકેલી લઈ ‘પરીક્ષામાં પાસ થવું જોઈએ.’ એ ઉપર લાવી મૂકો છો ત્યારે તમે પાસ થઈ જાઓ છો. એટલે છેક છેલ્લી ધડીએ તમારી જવાબદારી ઉપર ચિત્તને એકાગ્ર બનાવો છો તેવું હમેશાં બનાવી રાખો.

તમે કહેશો કે એ જ હું પ્રશ્ન કરું છું કે ચિત્ત ચોટતું નથી ! પરંતુ મુંબઈ જેવી નગરી અને ત્યાં ચાલી રહેલી હવા દશ દશ વરસનાં બાળકો ઉપર અસર નિપજાવી શકે છે, તો તમે આલ્પકાળ વટાવી કિશોરાવસ્થાના ઓવારે આવી ઉભાં છો. નગરીમાં ચાલી રહેલા વંટોળને નિહાળવા જેટલી ઉંમર તમારી થઈ ગઈ છે. એટલે એ વંટોળ સરીર સાથે અથકાઈ વ્યગ્રતા ન ઉત્પન્ન કરે તે સંભાળવાનું છે. અને એ સંભાળ ક્યારે રખાય ? ચક્રાકાર ધુમરી લેતા વંટોળથી દૂર ભગાય ત્યારે જ.

આ ગોળ ગોળ વાત કદાચ તમને બરાબર નહિ પણ સમજાય. છતાં સમજવાની જરૂર છે. બહેન, આજના નવા નવા રંગથી રંગાતા જતા જમાનાના ઉગતા અને વધી રહેલા છોકરાઓનો અભ્યાસ મેં કર્યો છે. હજારો યુવાન યુવતીઓનાં આંતરિક યોગાનોના ખૂણે-ખૂણે નિહાળ્યા છે.

એક ખીજ બાજુ નવવિચારમતવાદીઓની કડગશ વહેરીને પણ મારે લખતી રહી જાય છે. પંદર સોળ વરસની કુમારિકાને જોષ્ઠનું માતૃભાષાનું જ્ઞાન, વ્યવહાર પુરતું આંગ્રજીવિદ્યાનું જ્ઞાન આપ્યા પછી તેના પર આવી અરસિક ગોખણીયા વિદ્યાનો ઓળો ઓછો કરી, કળા, અને હુનર તરફ તેને જો લઇ જવામાં આવે, તેને મન-પસંદ વ્યવહાર વિદ્યા તરફ મૂકવામાં આવે તો તેની બુદ્ધિની તથા શારીરિક ખીલવટ પણ થઇ શકશે.

વરસોથી પુરૂષોએ કેવળ પત્નીધારી બનીને આજે ભણેલાઓમાં બેકારી વધારી છે અને હિંદના અત્યારના સામાજિક વ્યવહારે શ્રમજીવી કેમ બની શકાય અને રહી શકાય એ દિશા તેમની ઉજ્જડ કરી મૂકી છે. એ દશા કદાચ સ્ત્રીઓમાં પણ ઉપસ્થિત થશે. આજે થોડાક અભ્યાસ પછી વ્યવહારકુશળ બનેલો પુરૂષ મહિને સો દોઢસો કમાઇ સુખે નિર્વાહ કરે છે. મેટ્રીકો અને ગ્રેજ્યુએટો ૨૫-૩૦ રૂપીઆ મેગવવા ફાંફાં મારે છે. તે નર્તુ સત્ય સમજવાનો પ્રયત્ન કરનાર અભ્યાસીઓથી અજાણ્યું નથી. એનું કારણ એ છે કે પત્નીધારીઓ કદાચ ગોખણીયા વિદ્યાર્થી હોઇ પાવરવા બનેલા હશે, પણ તેમના માનસ ઉપર વ્યવહારપણાની એટલી ઉણપ જોવામાં આવે છે કે એ સાડવાને સુંડલો સમજી લઇ આવે છે. ખુરસી બદલે ગાદી તકીએ બેસવાથી પાટલુનને પડતી કરચલી એ એમને અસંસ્કારી મનાવે છે. અને ખિચારા પીંજરામાં પાળેલા પોપટ પ્રમાત થતાં ‘બોલો ગંગારામ, રાધાકૃષ્ણ’ એટલે ‘રાધાકૃષ્ણ’ કહેતામાં ઇતિકર્તવ્યતા સમજી જાય છે. અને મને ભય છે કે આ પાળેલા પોપટો જેમ વધી રહ્યા છે તેમ પાળેલી મેનાઓ પણ વધી પડશે તો હિંદના ગાર્હસ્થ્ય જીવનની સુવાસ રહીસડી હિંદની ગૃહિણીઓએ સાચી રાખી છે તે પણ ઉડી જશે, અને નરી આકરા સેંટની તીખાશ વ્યાપી જશે.

(૧૪૬) સુશીલા બહેન—શિહોર

આપનો પત્ર મળ્યો. બહેન, આપના પ્રશ્નોનો જવાબ નીચે આપું છું :

પ્રશ્ન—દર સવા વરસે સુવાવડ આવે છે. તેનું શું કરવું? છ સંતાન મૃત ગયાં, સાતમું પેટમાં છે અને સાતમો મહિનો ચાલે છે.

અત્યંત ખેદની વાત છે બહેન, કે શું કરવું એ તો આપ પણ સમજી શકો છો. પરંતુ આપ જે સમજી શકો છો તે આચારમાં મૂકી શકતાં નથી. તેમાં દોષ આપનો કે આપના પતિનો, એ તો ધર્મર નાણે.

હજી બાળક ચાર મહિનાનું થયું ન હોય, માતાના સ્તનપાનથી પોષાતું અને બાળક હોય ત્યાં ખીજો ગર્ભ રહે ! એને વિખડું પાડી ગર્ભમાંના બાળક માટે માતા શરીરનાં રક્તકણો આપવા લાગે !

આ દિશાએ તો હિંદુસ્તાને દશ વરસની વસતિ ગણતરીમાં તેત્રીસ કરોડથી પાંત્રીસ કરતાં વધુ પ્રજા વધારી અને ઉપર ખીજાં પાંચેક વરસ ગયાં છે અને ગણતરી વિશારદો કહે છે કે લગભગ ૩૮ કે ૪૦ કરોડ થવા જાય છે ! ધન્ય હિંદની પ્રજા !

આપ ન્યાં ઉપાય માગો એટલે હું ટીકા કરું—બળતા ઉપર ડામ આપવા જેવો હું પણ બળતો જાઉં છું. પરંતુ આવો પ્રશ્ન વાંચી મારા દિલમાં દુઃખની ઉર્મીઓ ઉછળી ઉઠે છે અને ન્યારે પાંચ સાત બાળકો—ભુલકાંઓથી વીંટળાઈ હીર-પૂરની ચૂસામ્ રહેલી ભારતીય બહેનોને જોઈ છું એટલે દિલમાં દુઃખ થાય છે. બહેન ! હિંદ જેવો સાત્ત્વિક ગુણપ્રધાન દેશ અને જેના સંયમ નિયમ માટે પૃથ્વીમાં ગુણાનુવાદ ગવાતા, એ દેશની પ્રજા આટલી પામર બનવા લાગી છે ! શું થશે હિન્દનું ?

મારી વૈદીકાય તપાસથી, સવા વરસે છોકરાં જન્મવામાં દોષ પુરૂષનો વધુ જોવામાં આવે છે. દર વરસે પેદા થતા બાળકનું ભરણુ-

પોષણ, વિદ્યા અને જ્ઞાન આપવાની તેનામાં તાકાત નથી. અને એ જ્ઞાન લઈ શકે તેવાં બુદ્ધિમાન બાળકો જન્મતે આપવાની તેને બહુ પડી નથી. તેને તો માત્ર રાત્રિ દિવસ વિષયસુખ સતાવી રહ્યું હોય છે. એ ખાતર બલે પત્ની રીઆઘને વહેલી મરે, બાળકો રજાડતાં થઈ જાય, દુનિયામાં કંગાલો, બુદ્ધિશીલો અને જર્જરિત કાયાનાળાં ટોળકાં વધતાં રહે! એ બધી લયંકરતા માત્ર ક્ષણિક વિષયસુખ ખાતર વહોરવા તે તૈયાર છે. માત્ર તે તૈયાર નથી તેના ‘લગ્નાડવેડા’ બંધ કરવાને. પ્રભુ પુરુષોને સદ્બુદ્ધિ આપે, અને સ્ત્રીઓને કેટલીક નાણુક બાબતોમાં થોડીક નિષ્ઠુર બની પતિની પામર ઇચ્છાનો ઇન્કાર કરતી થવાની સખ્તાઈ અર્પે.

હવે વધુ ચર્ચા નહિ કરતાં આપને માટે એક જ માર્ગ નિર્દેશ કરવાનો રહે છે. ‘સંતતિનિયમન’ માટે કુદરતી અને કૃત્રિમ ઇલાજોનો ઉપયોગ કરી આપ સવાસુરીયાં બાળકો અટકાવો. એ માટે સ્વતંત્ર લખાયેલા મારાં પુસ્તકો ‘સંતતિ સંયમન’ અને ‘નવદંપતીને’ મંગાવી વાંચી-વિચારી જવા બલામણુ કંઈ છું. આપને બધો સુગમ્ય માર્ગ તેમાંથી મળશે.

સ્તનમાં દુધ નથી આવતું તે આપનો બીજો પ્રશ્ન છે. એમાં એ દોષ સમાયેલા છે. કાં તો તેમાં માતાનો ઉર્મીથી ઉછળતો બાળક પ્રત્યેનો પ્રેમ નથી અથવા એના સ્તનની અંદર દૂધ ભરે એવી તાકાત તેના લોહીમાં-પાચનક્રિયામાં નથી. એટલે ઉપાય કઈ રીતે બતાવી શકાય ?

છતાં દૂધને વધારનારા શતાવરી, મુશળી, ટોપરું, બાજરી, તલ, દૂધ, ખસખસ, અખરોડ, બદામ, ચીલગોળ, વગેરે પદાર્થો છે. એ પદાર્થો યુક્તિપૂર્વક લેવામાં આવે અને બીજા ખોરાકની સાથે આ વસ્તુઓ બાંધ પદાર્થ તરીકે અપાય તો દૂધ વધે છે. પરંતુ માતૃપ્રેમ-રહિત હૃદય જ્યાં હોય છે ત્યાં દૂધના વીરડા સુકાઈ જાય છે.

હવે તો વિદેશીઓનો વાયરો પણ વાયો છે. ફટલીક સ્ત્રીઓ સ્તનમાં દૂધ હોવા છતાં બાળકને ધવરાવતી નથી.

બહુ થોડા દિવસ પહેલાંની વાત છે. એક પતિ-પત્ની છે. તેઓ એક મહિનાની બાળકીને લઈને મારી પાસે આવેલાં. મારે કબૂલ કરવું જોઈએ કે યુવતી સૌન્દર્યવતી હતી. પરંતુ એ હમેશાં પતિ પાસે ફરિયાદ કરતી : ‘મને દૂધ નથી આવતું.’ એટલે એ મહિનાની બાળકી થઈ ત્યારથી ગાયનું દૂધ એને આપવામાં આવતું. બાળના શરીરનો બાંધો નિહાળતાં મને એ વાત સાચી ન લાગી, અને ‘સ્ટ્રેટ પમ્પ’ (ધાવણ ખેંચવાના સાધન) થી જોયું તો ધાવણ પુષ્કળ મળ્યું. આંતરિક હેતુ તપાસતાં બાઈ પોતાનો બાંધો તુટી જાય, સ્તનની સુદૃઢતાનો નાશ થાય એ ખાતર બાળકીને ધવરાવતી નહોતી અથવા ઘણું ઓછું ધવરાવતી. પરિણામે ગાયનું દૂધ નહિ પચવાથી બાળકી મરવા તૈયાર થયેલી ! એ પણ એક માતા ! અને પારણામાંથી બાળકને ખોળામાં લે અને શ્રાવણ અશાડનો મેઘ રેલે એવી ધારાઓ વહેવરાવતી હોય એવી પણ માતા !

ખીન્ને પ્રશ્ન આપે પૂછ્યો એ શરમજનક છે. એનો ઉત્તર આપવા એ પણ દુઃખદાયક છે. સાતમો મહિનો જતો હોય છતાં પણ શું કામેચ્છા ન રોકાય ? આપને પશુમાં તો ન મુકાય, પણ માનવી કેમ કહી શકાય ? એટલે આવી વિષયી વૃત્તિનો હું કંઈ કલમથી જવાબ આપું ? એ મારા શુદ્ધિબળની બહારની વાત છે. ખરેખર સાચું છે કે જ્યારે અગ્નિ બળતો હોય છે ત્યારે અનેક પતંગીઆઓ તેમાં ઝંપલાવે છે. એમને તો ખ્યાલ જ નથી હોતો કે પ્રકાશ તેમને બાળા નાંખશે. મનુષ્ય જાણે છે કે વિષયવાસના તેમનું પતન કરશે; છતાં હાથે કરીને કૂવામાં પડે તેને કાણ રોકી શકે ?

*

(૧૪૭) હારમોનીયમ માસ્તર-કરાચી

આપના પ્રશ્નોનો જવાબ આપના એ પ્રશ્નો રજૂ કરીને પછી આપું છું.

પ્રશ્ન—અમુક માણસ પોતાને નપુંસક થઇ ગયેલો ક્યારે માની શકે ?

ઉત્તર—તે સ્ત્રી સાથે સમાગમ ન કરી શકે—ગુપ્તભાગ ઉત્થાન થાય નહિ સારે.

પ્રશ્ન—માણસ નપુંસક થઇ ગયો હોય તે કદી તીવ્ર વાસનાવાળો થાય ખરો ?

ઉત્તર—જન્મનો નપુંસક સારો થતો નથી. કારણવશાત અનેલો નપુંસક યોગ્ય પદ્ધતિસરની સાચી સારવારથી સારો થઇ શકે છે.

પ્રશ્ન—ગુમાવેલી તાકાત કોઇ પણ ઉપાયે પાછી મેળવી શકે ખરો ?

ઉત્તર—ગુમાવેલી તાકાત ઘણી ખુશીથી મેળવી શકે છે. પણ તે મેળવવા માટેનો પ્રયત્ન શરૂ કરે અને બીજા બાળુ ગુમાવવાનું ચાલુ રાખે તો પાછા હતા ત્યાં ને ત્યાં—ધાંચીના અળદની માફક ફરી ફરીને આવી ઉભા રહે છે.

પ્રશ્ન—ભોજનમાં દૂધ, મલાઇ, ઘી, માખણ વગેરે વધારે લેવાથી ગુમાવેલી તાકાત મેળવી શકાય ?

ઉત્તર—જરૂર. આવા પદાર્થો ખાનારને તાકાત, તાઝગી, ઓજસ અને શક્તિ મળે છે. પરંતુ જોણે તાકાત ગુમાવી છે તે આવો ખોરાક હજમ કરી શકતા નથી. કારણ કે આવા પદાર્થો પચાવવામાં પણ શક્તિની જરૂર છે; અને શક્તિ આપનાર ઔષધો માત્ર આવા પદાર્થો પચાવવા માટે અવયવો—પાચક અવયવોને તૈયાર કરે છે અને એ અવયવો પુર ઝડપથી પૌષ્ટિક ખોરાક પચાવે છે. પચેલા ખોરાક—માંથી સમ ધાતુ સર્જાય છે અને તેમાંથી શક્તિ જન્મે છે. દવા ખોરાક ન પચાવે, સમ ધાતુ પેદા ન કરે અને પરભારી સીધી શક્તિનું પોટલું શરીરમાં કાલવી દે એમ માનવું તે કેવળ ભૂલ ભરેલું છે.

(૧૪૮) ચંદ્રકાન્ત મણીલાલ યાજ્ઞિક-અમદાવાદ

આપનો પત્ર મળ્યો, બિરાદર ! આપના ત્રણ પ્રશ્નો પૈકા પ્રથમના પ્રશ્નનો ઉત્તર માત્ર આટલો જ છે : પૌષ્ટિક તત્વો વધારે સ્ત્રો, ગરમ મસાલેદાર ખોરાક બંધ કરી મન ઉપર ખૂબ કાબુ રાખો અને બને એટલું બ્રહ્મચર્ય પાળો. સ્થિતિ સુધરી જશે.

બાળકનાં ફેફસાં નબળાં છે અને હૃદય નબળું બની ગયું છે, પ્રીકાશ વગેરે માટે:

સવારમાં જીવન (ચ્યવન પ્રાશ અવલેહ) અરધો તોલો દુધ સાથે આપો. બપોરના જમ્યા પછી દ્રાક્ષાસવ તો. ૦૧ અને હાઇપોફિસ્ટ્રીઝ ઓફ લાઇમ એક દ્રામ બન્ને મેળવીને આપો. જરા પાણી ઉમેરજો. સાંજે બે રતી મંદુર અને બે રતી ગળોસત્વ તથા બે રતી વાંસકપુર ત્રણે મળીને છ રતીનું એક પડીકું મધ સાથે અથવા મધ અને માખણ સાથે ચટાડો. તેની સાથે સોનાના વરખનો અરધો ટુકડો અથવા ૬ ટુકડો દરેક પડીકા સાથે મેળવીને આપશો તો વધુ સારું. એકાદ મહિનો ઉપરના ઉપચાર પ્રમાણે કરશો તો બાળકના શરીરમાં લોહી ભરાઇ મજબૂત બનશે. ખોરાક પચવા લાગશે. વજન વધશે અને પ્રેમથી ભણવા જશે. હૃદય ખસી ગયાની વાત જવા દો. હું નથી માનતો કે તેમ થયું હોય. અને એટલા નાના બાળકની ઉંમર, વધુ પડતી દવાનો મારો તથા આજે આ ડાક્ટર અને કાલે તે વૈદ્ય એમ દોડધામ કરવાની કોઇ આવશ્યકતા નથી.

ત્રીજા પ્રશ્નમાં પત્નીની મગજની શૂન્યતા માટે નીચેનો ઉપચાર કરશો. આશાતીત લાલ થશે.

ગંઠોડાં તો. ૧, જટામાંસી તો. ૧, પ્રવાળ ભસ્મ તો. ૧, સુવર્ણ-માક્ષિક ભસ્મ તો. ૦૧, મોતીપીષ્ટી તો. ૦૧, ખોરાસાની અજીબ તોલો ૧.

બધી વસ્તુને ખારીક કરી (પ્રવાળ ભસ્મ, સુવર્ણમાક્ષિક, ગળો-સત્વ, મોતીપીટ્ટી-આ દવાઓ અલગ રાખી, ખીજીને ખાંડીને પછી આ દવાઓ મેળવી લેવી.) મધ સાથે અથવા ગુલકંદ સાથે એકેક વાલ દિવસમાં ત્રણ વખત આપો. અને જન્મવાની સાથે અરધો અરધો તોલો ખાહીનું ઘી આપજો.

આની વિચારશૂન્યતા એટલે આપણે જેને વિચારવાયુ કહીએ છીએ, જેમાં ગતિ, મતિનો ભ્રમ થાય છે, તેમાં ઉપરની દવાઓ સુંદર કામ કરે છે. પ્રવાળ, સુવર્ણમાક્ષિક અને મોતી જેવી વસ્તુ સારી અને ખાત્રી લાયકની હોવી જોઈએ. ખીજું એમને વહેવારિક જોળે અથવા ધરના જીવનમાં મગજ ઉપર કોઈ દબાણ કે અસંતોષ જેવું હોય તો તે દૂર કરી નાંખશો. આશાતીત અતિ લાભ થઈ જીવનમાં ફરી આનંદ આવવા લાગશે.

*

(૧૪૯) મી. કાન્ત-રાજપીપળા

ભાઈસાહેબ ! સાત મહિનાથી પરમીયા થયો છે હજી મટતો નથી ? અને ક્યાંથી મટે ? માંજીસ રોગ મટાડવાની ઇચ્છા રાખે છે, છતાં વર્તન રોગ મટાડવાનાં નહિ પણ વધારવાનાં હોય છે.

પરમીયા વીસ જાતના થાય છે અને એ એવો વિચિત્ર છુપો ચોર છે કે જેના શરીર રૂપી ઘરમાં પેઠો અને ચાણું નાંખ્યું કે પછી નીકળવો બહુ કઠણ છે. તેમાં પણ નબળા દિલના માનવીઓની દોસ્તી એ કાયમની કરી બેસે છે. સાત સાત મહિના થયા પણ જ્યારે આપ એને દૂર નથી કરી શક્યા ત્યારે તો મને લાગે છે કે એ જીંદગીનો મિત્ર બનીને જ રહેશે. હું તેનો ઉપાય લખીશ તે વાંચી તમે ખુશ થશો, પરંતુ હું માનતો નથી કે તમે એને કાઢી શકો. છતાં

મારો ધર્મ મારે અન્નવવો જ જોઈએ, હૃદયની દુર્બલતા નાશુદ્ધ કરશે
 ॥ જરૂર લાલ થશે. પ્રયોગ આ રહ્યો.

એલચી તો. ૦૧, સોનાગેર તો. ૦૧, મુસળી તો. ૦૧, રૂમી
 સ્તકી તો. ૦૧, ગોખર તો. ૦૧, શીલાજીત તો. ૦૧, સુખડનો
 હેર તો. ૦૧. એને ખાંડી સવારમાં એ પોણાએ તોલા ૧ પાક
 ગામાં ભરી સવારમાં જ નરણા કોકે ખાઈ જાયો, દશ વાગે લીલી
 જોને છુંદી તેનું દશ તોલા પાણી અનાવી ચંદ્રપ્રભાની એ ગોળા
 ॥થે પી જાયો. અપોરે ત્રણ વાગે ગોશ્વરાદિ ગુગળ એ ગોળા સાદા
 ॥ણી સાથે લ્યો.

રાત્રે સૂતી વખતે ૦૧ તોલો ખાંડેલી હરડે અને એ આનીભાર
 ॥ડા આય કાર્બ મેળવી પાણી સાથે ફાકી જાયો.

લાલ મરચાં, લસણ, રીંગણાં, અથાણાં, બંધ કરો, 'ચોખા અને
 વાંડ બાદુ જ ચોખા ખાયો. પ્લેક્ષચર્મ છ મહિના લાગડ પાળો.
 એક મહિનો ઉપરની દવા લ્યો. જરૂર જડમૂળમાંથી નાશુદ્ધ થશે.
 ત્યા પછી સ્ત્રીસમાગમ કરશે તો ફરી ઉપજશે અને ગયેલો પરમે
 ॥છો આવશે, લાલમાં સ્ત્રીને ચેપ લાગશે. પછી તો તમારો સંસાર
 ॥ભલરોસે ! પતિ-પત્ની રોગની લેવડદેવડ કર્યા જ કરો ! ઉપાય અતા-
 નાર મગજનું દહીં અનાવતા જ રહે ! દુનિયા ॥એ ચાલે જ ચાલતી
 હેવાની, બિરાદર !

*

(૧૫૦) યુ. પી. મહેતા-વઢવાણ કેમ્પ

મેટ્રીક ભણેલા વીસ વરસના યુવૈન ! જીંદગીથી કંટાળીને
 માતૃભ્રાતૃના માર્ગે જવાની ઇચ્છા ધરાવનાર ઉછરતા બાળક ! પત્ર
 ॥લ્યો, લાઈ !

બેકારી, ધંધો નહિ, પૈસા નથી, વગેરે કારણથી આત્મધાત તરફ જવાની ઇચ્છા નથી. પરંતુ માત્ર શુભ ભાગ દુકો છે એમ માની લીધું અને ‘મારું શું થશે ?’ એ મુંઝવણે કોઈને કહેવાતું નથી, કંટાળો આવે છે, એ દુઃખે દુખળા છે ને ભાઈ !

ભલા હું એમ પૂછું છું કે દુકો અને લાંબી એ ચિન્તા મનથી માની લીધી કે કોઈએ તમારું ધ્યાન દોર્યું ? જન્યત અવસ્થામાં પાંચ છ ઇંચ, તો પછી એની લંબાઈ પંદર ત્રીસ ઇંચની હશે કે કેટલી ? તમારા દીલને બહેકાવનારને જરા પૂછી તો જોજો !

નાહક ઇશ્વરની ખાતર ગાંડાઈ છોડી દઈ, નાની મોટી નોકરી કે ધંધે લાગી જાઓ. શરીરનાં બીજાં અંગો યાદ નથી આવતાં કે ચિન્તા નથી થતી; કે પછી ‘આંધળી ભેંશે મોઢવું ભાળ્યું !’ બીજું કોંઈ સૂઝતું જ નથી ! અસ એ જ વિચારો ! તમને કોઈ રોગ નથી તેમ ખાસ ખોડ કે ઉણપ પણ નથી. પુખ્ત ઉમર થતી જશે તેમ બીજાં અવયવોની માફક એમાં પણ ચોખ્ખું સુધારો આપોઆપ થઈ જશે. નાહક ‘જાહેર ખખર’ ના જાહેર ઇલાકમાં ફસાયા કરતાં દુકોડો રોટલો મેળવવા પ્રયત્ન કરો. નહિતર ખુવાર થશે.

*

(૧૫૧) હિંમતલાલભાઈ-ખંભાત

ભાઈ ! જુની કહેવત એક કાંઈ છુંઃ એક સુંદર વાઘરણ હતી. એ દાડે દાતણ વેચે અને રાત્રે, ‘ટાડું’ શીળું આપજો રે મોટી હવેલીવાળાં બેન ’ કરીને ઘેરઘેરનો એકવાડ માગી ખાય. નસીબ સંજોગે એની સુંદરતાને કારણે એ રાત્રની રાણી થઈ. વિવિધ પકવાનોથી ભરેલા થાળો મળે તોય રાત્રે મહેલમાં ગોખલામાં રોટલાના દુકડા મુકાવીને પછી એની માગી ખાવાની જુની ટેવ પ્રમાણે માગીને એ ખાય ત્યારે એને સંતોષ થાય.

એનો ઉપાય શું ? હું આપને પહેલા પ્રશ્નની સામે પ્રશ્ન મૂકું છું.
 • ઘરમાં સુંદર અર્ધાંગના. તો પણ તમે ધુરી આદત ન છોડો. એ તમારા મનની નમાલી દુર્બળતા અને પામરતા છે. એ તમે પોતે જ કાઢી શકો. બીજો ઉપાય શો બતાવે ?

બીજો પ્રશ્ન : પત્નીને સુવાવડ પછી ડાણું સ્તન નાનું થઈ જવા લાગ્યું. બાળકને ધવડાવવું ઓછું કર્યું અને સ્તન સુકાયું.

પ્રથમથી જ મહાવરો રાખી, બન્ને સ્તન ઉપર સરખી રીતે બાળકને વળગાડવાનો અભ્યાસ રાખ્યો હોત તો ડાયા સ્તનમાં કેવળ ધાવણ સુકાઈ ગયું તે ન થાત. આજે ઘણી સ્ત્રીઓમાં આ વિપત્તિ બેવામાં આવે છે અને એક સ્તન ઉપર વધારે વખત બાળક વળગાડે છે, એનું પરિણામ એ આવે છે કે એક સ્તન નબળો પડી સુકાય છે, બીજો સ્તન વધુ કામગીરીને લઈ લટકી જાય છે. હવે અત્યારે તો કાંઈ બને નહિ. બીજા બાળકના પ્રસવ વખતે ન્યારે ધાવણ ચડે ત્યારે બે કાળજી રાખશો તો ફરી ડાયા સ્તન સજીવન બની દૂધની ધારાઓ જરૂર ચાલુ થશે.

*

(૧૫૨) વિજયાબેન-લાવનગર

આપના પાડોશમાં બીજા બહેન રહે છે અને એ બહુ બાઝકણું છે, અવારનવાર કાંઈક નજીવું કારણ લઈ એ લડવા તૈયાર થાય છે અને એમનો મોરચો તમારી સામે મંડાય છે. તમે થાકી ગયાં છો; છતાં પણ એ બહેન ગાલીપ્રદાન (ગાળો દેવી) ચાલુ રાખે છે. શું કરવું ?

આ તમારો આખો પ્રશ્ન બહેન ! •

વાર, પહેલી સલાહ તો તમને એ છે કે કોઈ પણ કારણ આપણે ઉભું ન કરવું કે જેથી અથડામણ થાય. સહન કર્યા જ કરવું, એટલે

આપોઆપ એ થાકી જવાનાં—અને એમનો હૃદયપલટો થશે જ. સહનશીલતારૂપી એક અન્ય શસ્ત્ર છે. કોઈ પણ અવાજનો પ્રતિ-
ધ્વનિ ન હોય તો તેનો લય થઈ જાય છે. આ એક શાસ્ત્રીય સત્ય છે.

કદાચ તમને આ હૃદયપલટાનો અખતરો અણુગમતો લાગે તો પણ એમ કહું છું કે ગાળો દેનાર કરતાં ગાળો સાંભળનારને થોડીક વિચાર કરવાની તક લેવાની જરૂર છે.

આપ ઘર બહાર નીકળ્યાં અને બાજુમાંથી એક બહેને તમને ગાળ આપી: ‘જો, રાંડ પેલી કાણી જાય!’ હવે તમે એની સાથે લડવા જતાં પહેલાં પ્રથમ તમારી બેડિ આંખો તપાસો કે મને કાણી કીધી, પણ મારી તો આંખો બેય મગ્નની છે. તો પછી એ કાણી કહે એથી હું કાણી થવાની નથી; છતાં એ કાણી કહે છે એ એનું અસત્ય જ્યારે તેને સમજાશે ત્યારે વિચાર થશે કે તે જુદું ખોલી—અને તમે જો એક જાંખે કાંણું છે અને એ પ્રમાણે તે કહે, તો પછી હોય એવું કહે તેનું દુઃખ શું? એટલે મને તો લાગે છે કે ગાળો દેનાર તરફ માણસ વાસ્તવિકતાનો વિચાર કરી લે તો જરા પણ એને ગાળોની અસર ન થાય.

તમે મારો જવાબ વાંચીને કહેશો: વૈઘરાજ! તમે બીજાને ઉપ-
દેશ આપો છો, પણ તમને કોઈક ગાળો દે જોઈએ!

અરે બહેન! મને તો એનો અનુભવ તમારાથી અનેકગણો નહિ પણ અનંતગણો થયો છે.

બે દિવસ પહેલાં જ મારા ધંધાખંધુ એક વૈઘરાજનો એક કુલેસ્કંપ ભરીને કાગળ ગાળોથી નવરાવી નાંખે એટલો આવ્યો છે! એ લાઘવે મને ગાળો દેવાની એટલાં માટે નવાજેશ કરી છે કે હું ‘બહુ-રૂપી’ના વાયકો સામે આયુર્વેદના રત્ન જેવા ઉપાયો અને પ્રયોગો ખુદલા મૂકી દઉં છું અને બતાવું છું. એટલે—આપત્ર, કુપાત્રને, મેં વિદ્યા વિનામૂલ્યે આપવા માંડી છે એ મારો અપરાધ છે! પિત્ત

પુત્રને પણ ન બતાવે એવા પ્રયોગો અને દવાઓ હું સુંડલામાં ભરી મફત વેરવા તૈયાર થયો છું, એથી વંશપરંપરાનો એ વૈધરાજનો બાપુકો ખળેનો લુટાવા માંડ્યો !

કહો, એ ગાળોનો ખરીતો મારી પાસે છે અને મને આનંદ પણ એટલા માટે થાય છે કે મારી સ્લાધા કરનાર મારા ઉપકારી લેખો માટે પ્રશંસા કરનાર જેમ છે, તેમ મને ગાલીપ્રદાનથી નવાજેશનાર પણ છે ખરા. અમર રહો બહેન, એવા ગિરાદરો અને એમની જીભમાં ગાળો દેવાની તાકાત પણ જુગજુગ જીવે !

બાકી માફ હૃદય એથી પણ અનંતગણી અપમાનિત ગાળોથી એકેક થડકો વધુ લેવાનું નથી. અને મારા સ્વભાવ પ્રમાણે વિદ્યા તો હુંટાવે જ રાખીશ. મેં જોયું છે કે એથી એ ખગ્ગનો ખુટતો નથી પણ વધતો જાય છે. અસ્તુ !

*

(૧૫૩) પડદા પાછળના લીલાધારીઓને

પાલમાં દરરોજ આવતા પચીસ-પચાસ પત્રોના થોડકામાં કેટલાએક લીલાધારીઓ પણ અમને મળે છે; અને એમની લીલામાં અમને છેતરવાની તરફીઓ ગોઠવેલી હોય છે. થોડાક એવા ભાઈ-ઓની ખાતર ખે ખોલ લખાયાથી તે એમની નજર સામે આવશે.

‘બહુરૂપીના વાચકો બળવાન અને’ એ કાલમ ‘બહુરૂપી’એ ઉધાડીને ગરીબ આમજનતા અને દુઃખી જનોની સેવા કરવા ખાતર આત્મભોગ આપ્યો છે. અમારા અતિ વ્યવસાયમાંથી કેટલોક કીંમતી વખત એટલા માટે કાઢવામાં આવે છે કે મધ્યમ વર્ગનો માણસ શરીરના દુઃખે દુઃખીઓ હોય તેને અમારા જ્ઞાન અને અનુભવની થોડીક વાનગી અર્પણ કરીને અમારાથી બનતી થોડીક માનવસેવા બજાવવી. દરરોજ અનેક અગત્યનાં કામને હડસેલીને, આંખ આડા કાન કરીને

પણ મન, બુદ્ધિ, સમય અને મગજનો ખર્ચ અમે કરીએ છીએ. તેનો બદલો જે કાંઈ આપવાનો હશે તે પરમ કૃપાળુ ઇશ્વર આપશે જ. પરંતુ અમારી આ અદના સેવાનો દુરુપયોગ કરનાર ભાઈઓ જરા હૃદય ઉપર હાથ મૂકી વિચાર કરે કે અમને હેરાન કરવામાં, ત્રાસ આપવામાં તેમનો શો અર્થ સિદ્ધ થાય છે ?

એક ભાઈએ અવારનવાર ગમે તે કાગળની કાપલી મૂકી કવર જુદા જુદા રૂપરંગના અને જુદા જુદા અક્ષરોવાળા નોટપેડ કરી, બંધે આના બેચાર વખત ભરાવ્યા. જે અમે કેટલાક ઉપયોગી કાગળ નોટપેડ હોવાથી નથી લેતા તો સાચા દુઃખી માણસોને સલાહ નથી મળતી અને તેમને અન્યાય થાય છે. કારણ કે કેટલીક વખત અમને હાથોહાથ ચોકસાઈથી પત્ર મળે એ ખાતર જરૂરી પત્રો પણ નોટપેડ થઈ આવે છે. આ હિસાબે અમે એવા પત્રો લઈ લેતા. પરંતુ હવે કોઈ પણ નોટપેડ કાગળ નહિ લેવાનો પ્રયત્ન કરવો પડ્યો છે. એટલે નોટપેડ થયેલા નનામા પત્રોવાળાને તો કાંઈ સહન કરવાનું રહેશે નહિ, પણ ઉપયોગી પત્રો લખનાર ભાઈ બહેન ખાસ ખ્યાલમાં રાખે અને નોટપેડ પત્ર પાછો ન લોટાય એ ખાતર એવા પત્રો લખતાં બંધ પડે. મારી ટપાલ મારા હાથથી જ તુટે છે. એથી પત્ર ગેરવલ્લે જવાનો ડર રાખવાની જરૂર નથી. માટે કોઈએ પૂરી ટીકીટ ચોડ્યા વગર પત્ર રવાના કરવો નહિ. જવાબની જરૂર હોય તો બે આનાની ટીકીટો પત્રની અંદર મૂકવી.

એક શિહોરવાસી ભાઈ પ્રશ્ન પુછવામાં પાવરધા છે. પ્રથમ તો તેમણે નનામા પત્રો લખવા માંડ્યા અને પછી બનાવટી રીતે એક બહેનનું બનાવટી નામ આપી અશ્લીલ પ્રશ્નોનો મારો ચાલુ રાખ્યો છે. તેમનું પુરતું શિરનામું હોત તો તેમને સીધી શિખામણ આપત. પરંતુ ‘એક બેન’ બનેલા એ ભાઈનો ખ્યાલ દોરીએ કે તેમણે પોસ્ટેજનો દર વખત એક આઠો બગાડવો નકામો છે.

એક જગનલાલ નાથાલાલનું નામ ધારણ કરનાર જૂઝ્યના ટેલરે 'રામાયણ' જેટલો પ્રશ્નોનો થોકડો કવરમાં ખીડી નોટપેડથી મોકલ્યો અને અમે તે પૈસા ભરી છોડાવ્યો. તેમના અનેક પ્રશ્નોના જવાબ આપવા બેસું તો 'અહુરૂપી'નાં દોઢસો પેજ જોઈએ. પરંતુ વૈદકનાં પુસ્તકો ખરીદી લઈ, ગળો કોને કહેવી અને ગોખડ તથા ગંધક કોને કહેવાં એ જાણી લેવું અથવા કોઈક ગાંધીની દુકાને નોકરી કરી લેવી કે જેથી દવાઓનાં નામ અને ઓળખાણ મળી રહેશે. મુદ્દાના પ્રશ્નો અને મુંઝવણો માટે જ કલમ ઘસવી વાજખી છે, બિરાદર ! આવા તો અનેક પત્રો મળે છે. તે બધાને આથી વિશેષ લખવાની જરૂર જણાતી નથી. હવેથી નોટપેડ પત્ર સ્વીકારવામાં આવશે નહિ, નામ કે પૂરા શિરનામા વગરના પત્રો પર ધ્યાન અપાશે નહિ અને અર્થ-હીન અશ્લીલ, બિભત્સતાભર્યા પ્રશ્નોનો બિલકુલ જવાબ મળશે નહિ.

*

(૧૫૪) દુઃખી અબળા સરસ્વતી-મુંબઈ

આપનો પત્ર મળ્યો, બહેન ! પતિની પામર અવસ્થાની હકીકત અને તમારા દિલની દયાર્દ્રતા માટે મને દુઃખ થાય છે. તમને જે માર્ગ બતાવીશ તે તરફ તમે વળશો અને એટલી સાવચેતીથી ઉપચાર કરશો તો જરૂર તમે પતિને સુખી કરી સુખી થઈ શકશો. પ્રથમ એક મહિનો તમારા પતિને નીચેનો ઉપચાર કરો :

આંખળાનો મુરબ્બો તો. ૨૦, સફરજનનો મુરબ્બો તો. ૧૦, હરડેનો મુરબ્બો તો. ૧૦, ગુલકંદ તો. ૧૦.

ઉપરના બધા મુરબ્બાને એકઠા કરો. તેમાં ઠળીયા હોય તે કાઢી તેને મુલાયમ બનાવો, અર્થાત છુંદી નાંખો. તેમાં વાંસકપુર તો. ૨ા, મુસળી તો. ૨ા, કૌચાનાં ખીજ તો. ૨ા, પ્રવાલપીટી

તો. ૨૥ અને ચાંદીના વરખની થોકડી એક મેળવી દઇ તેનું ચાટણુ બનાવો. દરરોજ સવારે એક તોલો ચાટણુ ચટાડી અરધો શેર ગાયનું દુધ પીવરાવો. ગરમ ખોરાક, વધુ પડતાં તેલ, મરચાં, ચટણી અને પાપડ બંધ કરો. એક મહિનામાં આ ચાટણુ ખલાસ થયા બાદ શોધેલો હીંગળોક તો. ૧, અક્કલકરો તો. ૧, ગાંજને બાળીને બનાવેલી રાખ તો. ૦૧, જયફળ તો. ૧, બંગલરમ તો. ૧, તુલસીનાં બીજ તો. ૧, સમુદ્રશોશનાં બીજ તો. ૧, જીર્ણખેદસ્ત તો. ૧.

આ બધી ચીજો મેળવીને પોશના ડોડા શેર ૦૧ ને ઉકાળી તે ઉકાળામાં ત્રણ દિવસ ધુંટી ચણાના દાણા જેવડી ગોળી બનાવી દરરોજ સવારસાંજ બન્ને ગોળી દુધ સાથે આપો અથવા ગોળીને ભાંગી ભુજો કરી મધમાં ચટાડીને ઉપર દુધ પાઓ.

પહેલા મહિનાથી ન્યારથી ચાટણુ ચાલુ કરો ત્યારથી ગુપ્ત ભાગ-પર તલના તેલનું માલીસ કરાવવાનું શરૂ કરો. અને બીજો મહિનો પણ તે ચાલુ રાખો. બંને તો તલના ૨૫ રૂપિયાભાર તેલમાં અરધો તોલો હીનાનું અત્તર નાંખીને માલીસ કરાવશો તો ગુણમાં વધારો થશે.

ઉપરના ઉપચારથી તમારાં પતિની જે ભયંકર હાલત થઇ છે, તમારો સ્પર્શ કરતાં વીર્યસ્રાવ થઇ જાય છે અને અપૂર્ણ સમાગમ રહે છે તથા ગુપ્ત ભાગ દુર્ગંધ અને અપંગ સમો બની ગયો છે તે સુધરી જશે.

તમારા જેવી સંદગુણી સ્ત્રીને શિખામણુ દેવાની જરૂર હોય જ નહિ. આજ સુધી ધીરજ રાખી અને અપૂર્ણ સમાગમમાં પણ સંતોષ માની વિપથગામી થતાં અટક્યાં છે, પરંતુ ‘હવે ધીરજ ખુટતી જાય છે’ એમ ન થવું જોઇએ. દેવી ! આપણાં દેશની સન્નારીઓએ અદ્ય સુખને પણ મહદ માની ‘પતિવ્રતા’ નું બિરૂદ સાચવ્યું છે, તો તમે પણ તેને સાચવી રાખો.

(૧૫૫) એ. એફ. રંગવાલા

તમારે માટે પણ ઉપરનો ઉપાય ખાસ ઉપયોગી છે. તેની અજમાયશથી તમને જરૂર લાભ થશે. કશીયે શંકા કિંવા ચિંતા વગર એ ઉપાય શરૂ કરી દો.

*

(૧૫૬) પી. કે. શાહ—મદ્રાસ

મોઢા ઉપર પ્રથમ થઇ ગયેલા ખીલ અને રહી ગયેલા ચાકા માટે ઉપાય માગો છો.

આંખળાં, કપુરકાચલી, સુગંધી વાળો, દારૂહળદર, તગર, સુખડનો વહેર.

ઉપરની ચીજોને ખાંડી બારીક ભૂંકા બનાવી રાખો. રાતે સુતી વખતે ગુલાબજળની અંદર પત્થર ઉપર ચંદનની માફક વાટી મોઢા ઉપર લેપ કરો, ખીલકુલ પાતળો લેપ કરજો. સવારમાં ગરમ પાણીથી ઘોઘ નાંખો. ડાઘ નાબુદ થશે. સવારમાં સ્નાન કરતાં પહેલાં દુધની તર મોઢા ઉપર માલીસ કરીને સ્નાન કરવાતું રાખશો. જરૂર લાભ થશે.

*

(૧૫૭) સૂરજબલી—મુંબઈ

થયેલો ઉપદંશ વારંવાર ઉબળી આવે છે એ માટે શું કરવું તે વિષે પૂછો છો.

મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ દરરોજ લ્યો, એ વખતે

કેશરાદિ ગોળી-દરરોજ એ ગોળી ઘી સાથે ગળી જાયો.

રાતે સૂતી વખતે મંજીષ્ઠાદિ ચૂર્ણ પાવલીભાર પાણી સાથે ફાંકો. ત્રણ મહિના મીઠું, આંબલી, તેલ, મરચાં બંધ કરી, સીંધવ નાંખેલી ખીચડી, મગની દાળ, થઉંની રોટલી, ભાત, આટલો ખોરાક ખાઈને રહેો. છ મહિના સ્ત્રી પાસે જાયો નહિ. અગાઉ કરેલાં અપકૃત્યો માટે પ્રભુ પાસે માફી માગો. જરૂર લાલ થઈ જશે. ઇશ્વર દયાળુ છે. એ કાંઈ મનુષ્યના જેવો છીછરા પેટનો નથી. ઉપરની ત્રણે દવાઓ શાસ્ત્રીય પાઠ છે. ‘રખે વહેમાતા’ પુસ્તકમાંથી તેની ખાવાની રીત તથા બનાવટ પણ મળી આવશે.

*

(૧૫૮) કચ્છી જ્ઞાસુ

આપના મિત્રને અગીઆર સંતાનો થઈ ગયાં. સાત હૈયાત છે. હવે તો તે તોખાહ પોકારે છે.

વારૂ, સહેલો અને સચોટ ઉપાય એને માટે તો એક સંયમનો જ છે. ખીજા નંબરે ઓપરેશન કરાવી સ્ત્રીની બીજવાહિનીઓને કપાવી કાઢવી તે છે. ત્રીજા ઉપાય તરીકે બર્થ કંટ્રોલ અથવા સંતતિનિયમનોનાં સાધનો વાપરવાં. બાકી એકાદ વખત દવા ખાવાથી કાયમને માટે નિયમન થતું હોય એમ માની શકાતું નથી. આજકાલ તો આ બાબત સમાજમાં ખૂબ ચર્ચા પામે છે, અને હું પણ માનું છું કે અમુક સ્થિતિ ને સંજોગોમાં નિયમન થવું જરૂરી છે. આ વિષયને લગતાં અત્યંત ઉપયોગી તથા પૂરી સમજણ આપનારાં ‘નવ દંપતીને’ તથા ‘સંતતિ સંયમન’ બંને પુસ્તકો મારા તરફથી લખાઈને પ્રગટ થઈ ગયેલાં છે. તેમાં સંતતિનિયમન માટેનું આવશ્યક જ્ઞાન ભર્યું છે. તમે એ મંગાવી, વાંચી, વિચારી એને અનુસરશો.

આકી જાહેર ખબરમાં આવતી સંતતિનિયમનની દવાઓની અસર-
કારકતા તથા તેનાથી થતા લાભ-ગેરલાભની ચર્ચા તો હું કેવી
રીતે કરી શકું ?

*

(૧૫૬) માણેકલાલ હરગોવિંદદાસ-મુંબઈ

મુંબઈમાં રહો છો, અવારનવાર ખાંસી થાય છે અને ગળા
ઉપર કફની પરપોટી બાકી જાહેર ખોખારતું પડે છે, તેને
ખરેડી બાકી કહેવાય છે. આપ બીડી પણ પીઓ છો.

સાફ ક્યું લાઈ, કે ઉપાય પૂછવાની સાથે આપે બીડી પીતા
હોવાનું પણ જણાવી દીધું.

મને એવો કાંઈ માણસ બતાવશો કે જે વારંવાર બીડી પીતો
હોય તેને ઓછા વધતા પ્રમાણમાં ખાંસી ન હોય ? આયુર્વેદ શાસ્ત્ર
ખાંસીને ઉત્પન્ન કરવાનાં કારણો બતાવે છે, તેમાં ધૂણી શ્વાસનળીને
લાગવાથી ખાંસી થાય છે એ સ્પષ્ટપણે જણાવી દીધું છે.

બીડીની ધૂણીનો ઘુંટ તમે ગળા નીચે ઉતારો તેની સાથે શ્વાસ-
નળી આખીમાંથી એ પસાર થઈ ફેફસાના ઘણાખરા વિભાગને એ
સ્પર્શ કરે છે. અને નિરંતર આ પ્રમાણે તેની ધૂણી લાગતી રહેવાથી
શ્વાસનળી ‘બ્રોન્કાઈટીસ’ની શ્લેશ્મકળા ધીરે ધીરે બારીક સોજવાળા
થતી જાય છે. શરીરનો એ સ્વભાવ છે કે વિગતીય પદાર્થને
તે બહાર ફેંકે છે. એટલે સોથમાં રસ પ્રવાહ જાય છે જેને આપણે
કફ કહીએ છીએ, તેને બહાર ફેંકવા માટે ખાંસી ઉત્પન્ન થાય છે.

તમને ગમે તેવો સારો અને અસરકારક ઉપાય બતાવવામાં આવે
તો પણ બીડી પીઓ ત્યાંસુધી તમારી ખાંસી જેને કાસ કહેવામાં
આવે છે તે મટી શકે નહિ. માટે બીડી પીવાનું બંધ કરીને

જેઠીમધનું લાકડું તો. ૫, જેઠીમધનો શીરો તો. ૨૧, આંબળાં તો. ૨૧, બેડાં તો. ૨૧, એલચી તો. ૧૧, લવીંગ તો. ૧૧, ઇલમેટનાં પુલ બેઆનીભાર.

ઉપરની ચીજો ધુંટી પ્રાણી સાથે ગોળી વાળવી. ચણાના દાણા જેવડી ગોળી વાળો અને આખા દિવસમાં આઠ દશ ગોળી મોઢામાં રાખી રસ ઉતારો તો ખાંસી મટી જશે અને જ્યારે પાછી ખીડી પીવા લાગશોં ત્યારે ફરીથી થશે.

ખીડી પીએ, લોજમાં ચટણી, મસાલા, તેલનો મારો ચાલુ રાખો, પાનસોપારીના કુચા ચડાવો, દિવસમાં દશ વખત ચાહ દીંચો અને છતાં ખાંસી ન થાય, શરીર મજબૂત બને, વજ્રકાય થવાય એવો ઉપાય હું નથી જાણતો. ભાષ્ટ્રી, આપણો આયુર્વેદ તો ઉપાય કરતાં વ્યાધિના અટકાવને બહુ મહત્ત્વ આપે છે. આયુર્વેદનો સિદ્ધાંત માણસને નિરોગી બનાવવાનો છે. દવા પીએ, ગમે તે ખાએ એ બાબતની છુટ દેશી વૈદક નહિ આપી શકે. એ માટે તો તમારે કોઈ ચરમાધારી વિદેશી ચિકિત્સકને શોધવો પડશે.

*

(૧૬૦) એક સોરઠવાસી— ઊના

પત્ર મળ્યો. ભાષ્ટ્ર, વૃષણ મુંબંધી કેટલીક હકીકત આપ પુછાવો છે. પુરૂષોનાં વૃષણ એ એક અમત્યનું અંગ છે. એ બાલ્યકાળથી કામ કરતાં રહે છે, અને બન્ને વૃષણ હલનચલન કાયમ માટે કરે છે. જેમ જેમ ઉંમર મોટી થતી જાય છે તેમ તેમ વૃષણનું કદ પણ મોટું થતું જાય છે, અને તે લગભગ મોટી હરડેના કદનાં થઈ તેથી મોટાં થતાં નથી.

આત્માવસ્થા અને યુવાનીના કાળમાં વૃષણ ધણી વખત ઉપર પડી જાય છે. તેમાં પણ ઠંડીની મોસમમાં અને ઠંડા પાણીએ સ્નાન કરવામાં આવે ત્યારે એ વૃષણ છેક ઉપર ચડી જાય છે. ત્રીસ પાંત્રીસ રસની ઉંમર વટાવ્યા પછી ધીરે ધીરે વૃષણનો સંક્રાંત્ય ઓછો થઈ તે સાધારણ લટકી જાય છે. છતાં બન્ને વૃષણ વારાફરતી ઉપર અને નીચે જ-આવ અથવા હલનચલન તો કર્યા જ કરે છે.

પરંતુ ખાસ કારણને લઈ પ્રમેહથી, આંતરકું ઉતરવાથી, વાયુનું આણુ થવાથી, ભરપેટે ઉપરા-ઉપરી જમવાથી, ચરખી વધવાથી, પગ ધ્રસકાવાથી એકાદ કે બેઉ વૃષણમાં સોજો આવીને તે વધવા લાગે છે, દરદ થાય છે અને પછી એ કારણે તેનું કદ મોટું થઈ જાય છે.

તેમાં શીલારસ, તમાકુનાં પાતરાં વગેરે લગાડીને શેક કરવાથી, એકાદ રેચ લઈ લેવાથી, એક્સ્ટ્રેક્ટ બેલાડોનાનો લેપ મારવાથી તથા શિર્ષાસન કરવાથી વૃષણ ઉપર આવેલો સાધારણ સોજો કેતરી જાય છે.

પરંતુ ચરખી અથવા આંતરકું ઉતરતું હોય કે પાણી ભરાતું હોય ત્યારે તો કોઈ સારા ચિકિત્સકની પાસે જઈને ચોક્કસ નિદાન કરાવી દવા લેવી પડે છે. એ સિવાય જાતે ઉપચારો કરાય નહિ.

હવે તમારી શંકા પ્રમાણે તમને કોઈ વૃષણનું દરદ નથી. નાનો વૃષણ હોવાની તમને માત્ર શંકા જ છે. તમારી ઉંમર પ્રમાણે એટલું કદ હોવું જોઈએ. છતાં દર્દ જેવું લાગતું હોય તો બેલાડોનાનો થોડા દિવસ લેપ કરશો. એથી તમને જરૂર આરામ થઈ જશે.

ખીજો પ્રશ્ન તમારો ક્યજીયાતનો છે. ક્યજીયાત તો અત્યારે લગભગ દરેક માણસને ઓછા વધતા પ્રમાણમાં જેવામાં આવે જ છે. અને તે થવાનું કારણ આજના વિજ્ઞાતીય અને વિદાહી ખોરાકો છે. આજના ખોરાકમાં સ્નિગ્ધ પદાર્થો ઓછા મળતા થયા છે, અને દાહક પદાર્થો ખાવાની ટેવ વધતી જવાથી નીચેનું સફરાનું આંતરકું સૂકું બનતું જાય છે, એટલે

ઉપરથી નાના આંતરડાએ ધકેલી મોકલેલો મળ મોટા આંતરડામાં ભરાઈ રહે છે. એને માટે ક્ષણીએ ફાફીઓ અને ગોળીઓ છે. પરંતુ દરરોજ દસ્ત આટે ફાફી લેવી અને તેથી ઝાડો આવે એ વાત મને ઠીક નથી લાગતી. એથી તો પરાધીન જીવન થઈ જાય છે. મને તો એમ લાગે છે કે ધઉંની રોટલીમાં એરંડીયાનું મોણું નાંખીને એ રોટલી લેવાથી દસ્ત બરાબર આવી જાય છે. કારણ કે તે આખા ખોરાકમાંથી થયેલા મળને ક્યાંય ચોટી જવા નહિ દેતાં દસ્ત સાફ લાવે છે. તમે કહેશો કે એરંડીયું તે કાંઈ મોણુમાં હોય ? પણ હું કહું છું કે શા માટે ન હોય ? આપણા ખોરાકના પદાર્થોમાં ઘી, તેલ, સરસીયું, વગેરે આપણે શા માટે લઈએ છીએ ? ખોરાકમાં સ્નિગ્ધતા અને કામળતા લાવવા માટે જ. તો એ બધાંથી સરસ એરંડીયું છે. અઢી શેર એરંડીયામાં ચાર ખાટાં લીંબુની ફડસો નાંખીને એકાદ બે ઉભરા આવે એટલું ઉકાળી નાંખો, એટલે તે એરંડીયા માંહેની ગંધ નાશ્વદ થઈ જશે અને વળી તે પાતળું પણ થશે. દીવેલ (એરંડીયું) આજે સેંકડો કુટુંબોમાં મોણુમાં વપરાવા લાગ્યું છે. ‘રખે વહેમાતા’ના એ પ્રતાપ છે. તો તમે પણ આજથી જ એરંડીયું મોણુમાં શરૂ કરી દો. એથી જરૂર લાભ થશે.

હવે તમારા શરીરની ‘નારમલ’ ગરમીની વાત કરું. તમે લખો છો કે સુતી વખતે સાડીઅઠાણું રહે છે, ક્યારેક નવાણું, અને સવારમાં પાછો ‘નારમલ,’ બપોરે પાછું આ અને સાંજે તે ! વાર, એ તો ઠીક. પણ તમે થર્મોમીટર મારા ધારવા પ્રમાણે ખીસામાં જ રાખતા હશો અને જરીક શરીર ઉનું લાગે કે ઝૂટ કરતાને વળગાડતા હશો. ઠીક લાઇ, એમ ક્યાં કરો ! એ રમકડું ઠીક તમને હાથ આવી ગયું છે ! નવરા માણસને દાડો કાઢવાનો એ ‘ગોરખધધો.’

લલા, થર્મોમીટરમાં સાડીઅઠાણું તાપ આવ્યો એટલે તમે શું કરશો ? તમે એ કરશો કે આનંદમાં હશો તો બેચેન બનીને ચિંતા, ભય અને દોડાદોડી ! પણ તમે જો થર્મોમીટરને બૂલી જવો તો

કદાપિ તમારો નોરમલ આધોપાછો નહિ થાય. ખાલી બેચેની મૂકી, પચે તેવો હળવો છતાં શરીરને પોષણકારક ખોરાક ખાઓ, ફરવા જાઓ અને આનંદમાં રહો. સાડીઅઠાણું કે સાડીનવાણુંનો વિચાર નકામો છે. નોરમલ કે તેથી વધુ કિંવા ઓછી ગરમીનો આધાર શરીરના અંધારણુ ઉપર છે. મારા એક મિત્ર છે. તેમની ગરમી ૯૭ ડીગ્રી ત્યારે નાડીનો વેગ એક મીનિટમાં ૧૦૮ ધબકારાનો. છતાં તે પૂરા તન્દુરસ્ત છે અને દશ માઇલ ચાલતાં ચેહાંશી જતા નથી. માટે એ પ્રકારના વહેમને મનમાં ન લાવશો. વજન તો તમારું તમારા કહેવાથી નહિ વધે પણ આપોઆપ વધશે, અને વધશે ત્યારે તમારો વજનનો કોટિ વચમાં નહિ આવે. જો આ માટે ક્વા કરવી જ હોય તો સવારે ગળોધનની ગોળી જેને શંશમની નંબર ત્રીજો કહેવામાં આવે છે તે એક ગોળીથી શરૂ કરી, એકેક વધુ લઈ ૨૧ સુધી ચડો, અને પછી એકેક ઉતરો. બેતાલીસ દિવસે બરાબર ઠીક થઈ જશે. તે દરમ્યાન બ્રહ્મચર્ય પાળજો. એ વધારે જરૂરી છે.

*

(૧૬૧) રંભાબેન-મુંબઈ

પત્ર મળ્યો. પત્રના અક્ષરો અને પુછાયેલા પ્રશ્નોનો માનસ-શાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ વિચાર કરવામાં આવે તો સ્ત્રીના નામે પ્રશ્ન પૂછનાર તમે પુરૂષ છો. ભાઈ, તમને ઇશ્વરે મરદ બનાવ્યા છે, છતાં તમે સ્ત્રીને નામે પ્રશ્ન પૂછો છો ! એમ તો કેટલીક કંપનીઓના માલીક પુરૂષો હોવા છતાં સ્ત્રીઉપયોગી દવાઓનું સાઈ વેચાણ કરવા ખાતર માલીક તરીકે સ્ત્રીનું નામ રાખી લે છે, અને પત્ર લખતાં તેમાં સહી કરીને ‘ભાઈ’ના ‘બેન’ બની જાય છે. એ તો આ વીસમી સદીની વિધવિધ રમતો છે. ખેર, તમોએ બહેનના નામે ત્રણ પ્રશ્ન પૂછ્યા છે. તેમાંના બેના ઉત્તર હું નથી આપી શકતો. જેમાં કેવળ અશ્લીલતા ભરી હોય, ઇરાદાપૂર્વક એવું લખ્યું હોય,

એવા અને જે વાતમાં માલ કાંઈ ન હોય તેવા પ્રશ્નો વિષે લખીને 'અહુરૂપી'ના વિનયશીલ વિવેકી વાચકોનાં મન ઉંચાં કરવા હું નથી માગતો. વારૂ, તમારો ત્રીજો પ્રશ્ન છે કે ઋતુ વખતે લોહી વહે છે તેનું શું કરવું?

ઋતુ વખતે સ્ત્રીઓને લોહી ન વહે ત્યારે શું દુધ વહન કરતું હશે, કિંવા મધ વહેતું હશે કે પાણી? તેની આપ બાઈ બનેલા બાઈને ખબર નથી લાગતી.

ઋતુ વખતે સાફ લાલ રંગનું અત્યંત પાતળું નહિ તેમ ગાંઠા ગળફાવાળું નહિ તેવું લોહી જ વહે છે, અને તે લગભગ ચાર દિવસ પછી અને સાત દિવસની અંદર બંધ થઈ જાય છે. જ્યારે આ લોહી ગાંઠાવાળું, દુર્ગંધયુક્ત, વધુ પડતું, વધારે દિવસ દેખાય ત્યારે તેને રોગ કહેવામાં આવે છે. તેનો યોગ્ય ઉપચાર કરવાથી તે સુધરી જઈને નિયમીત બને છે, મારા બાઈ નહિ બૂલ્યો બહેન!

*

(૧૬૨) એ. ત્રિપાઠી

પત્ર મળ્યો. આપે હવે શું કરવું એ આખી આપની કર્મભૂમિ લખીને પૂછે છે. મારે લખવું જોઈએ કે તમારે સંસારી મટી, વૈરાગી બનીને ઇશ્વરનું ભજન કરવું. તમે હવે એ યુવાન છોકરીને લાયક રહ્યા નથી. એટલે તમે ત્યાગી થાઓ તો એ બિચારીને માટે યુનર્લમ કરવાનો માર્ગ મોકળો થાય.

*

(૧૬૩) વઢવાણ શહેરનિવાસી

પત્ર મળ્યો. માંકડ, મચ્છર, ઉંદરને નિર્મૂળ કરવાનો ઉપાય માગો છો. એમને મારવાનો ઉપાય હું નથી જાણતો; પણ તે ન થાય, ઓછા થાય તે માટેના ઉપાયની મને ખબર છે. શુદ્ધ હવા,

સુધડતા અને સ્વચ્છતા, પૂર્ણ સૂર્યપ્રકાશ અને પવિત્રતાનો મંત્ર જે શહેરમાં સાચા રૂપમાં અમલમાં મુકાય ત્યાં આવા ત્રાસો ઓછા થઈ જાય. તમે એકલા ગમે તે કરશો પણ પાટોશી એકવાડ આંગણમાં જ ઢાળશે, અને છોકરાંઓ ખડકીએ ખડકીએ ઝાડે ફરશે તથા બીજા દિવસ સુધી બંગી ન આવે ત્યાંસુધી બાળકોની વાવેલી વાડીઓ ઉપર માંખીઓ બહુબહુવાની. પછી ભલે એ બાળકોના પિતા આરોગ્યનાં ભાષણો માંચડે ચઢીને ભરડયા જ કરે. પણ એ પોતાની ગૃહલક્ષ્મીને સંભળાવી શકવાનાં નથી કે છોકરો આંગણમાં જળજળ જાય એટલે તેની પર ખોખો ભરીને ધૂળ નાંખી દેવી કે એની ઉપર મેઠેલી માંખો ભાણીની રોટલી ઉપર ન. ખેસે !

વઢવાણ શહેર જેવા મધ્યમ વર્ગનાં શહેરો કે જ્યાં ગટરનાં સાધનો નથી, જ્યાં જળજળ ખુદ્દાં મુકાય છે, અંધારીયા ચોરડામાં જે ઠેકાણે ખરા બપોરનો સૂર્ય પણ અડકી શકતો નથી, તે શહેરમાં માંકડ, મચ્છર, ચાંચડ, જે કહો તે થાય—અને થવાં જ જોઈએ ના !

હવે તો માણસો ભાંગેલા પગનાં થઈ ગયાં. દશ ડગલાં દૂર જાય તો ભાંગેલો જળજળ જઈ અવાજ તેવાનેય ઘેર જળજળે તુલો જોઈએ, અને આખા દિવસનો મળ આંગણમાં દુર્ગંધ મારતો જ હોય. આવા ગામમાં કેાઈ વાર અચાનક આવી ગયેલાને લાગે કે આ તે નાનું સરખું શહેર છે કે ચિત્રગુપ્તના દંડાયેલા પાપી જીવોની નરકભૂમિ ? આવા પ્રશ્નોનો નિકાલ એક માણસ ન કરી શકે. એ કામ તો છે શહેર સુધરાઈ અને ગ્રામ્ય પંચાયતોના કાર્યવાહકોનું. પરંતુ એ બિચારાઓને ચુંટણી વખતે એવું શુરાતન ચઢે છે કે જાણે ખોડીના ચાર માતાનો જીવો. દોડધામ કરીને, ખીસામાંથી અજમે ફાકીને તેઓ સભ્ય તરીકે ચુંટાય છે. પણ એની ભેગો તેમનો ઓતાર ઉતરી જાય છે, અને તેઓ એવા ટાઢા પડી જાય છે કે પછી લોકોની સુખાકારી જેવાની એમને કુરસદ નથી હોતી. પરંતુ એટલું તો એ જરૂર કરે છે: પોતાનું આંગણું બંગી સાફ કરી જાય છે કે

નહિ એ એક વાતનો તો તેઓ જરૂર ખ્યાલ રાખે છે. ખીજાની સુખાકારીનું સમજ્યા પછી પોતાની સુખાકારી માટે બનતી ચીવેટ રાખે છે ખરા.

ગુજરાતનાં કેટલાંક શહેરોની શહેર સુધરાઈની વ્યવસ્થા વખાણવા જેવી પણ છે. અમદાવાદ એ ખાતે પહેલે નંબરે આવે છે. પરંતુ કેટલાંક કહેવાતાં શહેરોની માઠી દશા છે. કનૈયાલાલ એમનો ઉદ્ધાર કરશે ! કારણ કે આપણે તો આપણાં બધાં કામ પ્રભુને જ બળાવીએ છીએ ના, આપણા !

*

(૧૬૪) અનસુયા બહેન-કરાચી

પત્ર મળ્યો, બહેન ! મારા બન્ને વિષયો તમે ‘બહુરૂપી’માં હમેશાં વાંચો છો અને રાચો છો એ જાણી આનંદ થાય છે. આવી લેખમાળામાં જરૂર જાણુવા જેવું તત્ત્વ મળે એ સ્વાભાવિક છે.

હવે તમે લખો છો કે તમે મારાં દર્શન કરવા આતુર છો, અને અને એ માટે આ તરફ વહેલી તકે આવવા ઇચ્છા ધરાવો છો.

એ બાબત મારે આપનું ધ્યાન ખેંચવાની જરૂર છે, દેવી ! મારાં દર્શન શા માટે ? હું એક સામાન્ય માનવી છું. મનુષ્યધર્મને અનુસરીને મારી પાસે આવનારને, પ્રશ્ન પૂછનારને માર્ગ બતાવવો એને હું મારો ધર્મ સમજું છું, અને આપને જે જ્ઞાનલાલસા હોય તે મારી પાસેથી આપ મેળવી શકો છો. બહેન, દર્શનની ભાવના જીવંતી છે, છતાંયે કેટલીક વખત દર્શનના હેતુ સચવાતા નથી. બાકી શરીર એ તો હાડ, ચામ, રક્તથી વીંટાયેલું છે. એ પછી મહાત્માનું હોય કે અદ્વૈતાત્માનું. દર્શન કરવા લાયક તો છે તેનાં જ્ઞાન, શુદ્ધિ અને ચારિત્ર્ય. રામ અને કૃષ્ણની પ્રતિમાને આપણે પૂજીએ છીએ એ કરતાં બની શકે એટલા પ્રમાણમાં એના આદર્શને, એના ગુણને, એના વર્તનને, ઉપદેશને અપનાવીએ તો જ સાચો લાભ

થાય. છતાં આપને આ તરફ આવવું હોય તો ધણી ખુશીથી અનુ-
કૂળતાએ આવી શકે છે. તૃણ, ભૂમિ, ઉદકથી, ગાર્હસ્થ્યના ધર્મે હું
તથા મારાં પત્ની આપનું અને આપનાં કુટુંબીજનોનું યથાશક્ય
સ્વાગત કરીશું, જનુની !

*

(૧૬૫) એક કાઠિયાવાડના યુવાન

લખે છે: એક બાપ...જતી હતી. અમારી નજર મળી.
ત્યારપછી વારંવાર અમે મળતાં અને આખો મળતી. ત્યારપછી
એના રહેવાના મકાન પાસેથી નિકળતો અને બારીએ ડોકાતી. પછી
ચીઠ્ઠીએ ચાલુ થઈ અને બાપએ જણાવ્યું: 'તમે મારા બાપ જેવા
છો.' અને બાપએ જણાવ્યું: 'તું મારી બેન છો.' પણ હજી, બાપ
બારીએ ડોકાય છે, બાપ ત્યાંથી નીકળે છે, ચીઠ્ઠીએ આપે છે—
બાપબહેન કહે છે—આને માટે છુટવાનો માર્ગ—આ બિરાદર મારી
પાસે પુછાવે છે.

કાયડો અટપટો છે. પરંતુ આ બાનભૂલ્યાં બાળકોને માર્ગ ન
જાતાવું તો તેઓના દિલના ઉંડાણમાં છુપાઈ રહેલી લાગણીઓને
તેઓ નહિ પિછાની શકે અને કાગળની હાથણીને જોઈને હાથી જેમ
બંધનમાં પડે છે તેવી દશા કદાચ આ લોકોની થાય.

બાનભૂલ્યા યુવાન ! તું જેને બેન કહી રહ્યો છે તેની પ્રત્યે એક
બેન તરીકેનું તારું આકર્ષણ નથી, પરંતુ જાતીય આકર્ષણ છે. અને
તમે લોકો ઉપરથી બાપ—બેન કહે છે છતાં ધૂપી રીતે પત્રવહેવાર
કરો. આખો મિલાવો, દુનિયા ન જાણે તેમ બારીએ ડોકાં કાઢો
તેનો અર્થ શો ?

તમે દિલના ઉંડા ખૂણામાં પડેલા સ્ત્રી—પુરૂષના જાતીય વેગને
નથી ઓળખી શકતાં. છતાં એ જાતીય વેગ તમને દોડાવી રહ્યો
છે. જીએ બાપ—બેન કહેવાથી તમે મનની અદર ઉંડી પડેલી આવેગ-

ભરી જાતીય ધમ્જાને નથી રોકી શકવાનાં, અને ખરી રીતે કહું તો તમે વ્યભિચારના મહા ભયંકર દુષ્કૃત્ય તરફ વળી રહ્યાં છો. એક અધિકારભર્યા કુવાના કિનારા ઉપર આવીને ઉભાં છો. માત્ર એક ક્ષણ આગળ વધ્યાં એટલે તમે એમાં એવી રીતે પડી જશો કે પછી બચાવનાર નહિ મળે. પ્રથમ હું પૂછું છું કે :

એક રસ્તે જતી બાઇ સાથે આંખો મીલાવવાનો—કામુક્તાભરી આંખો મીલાવવાનો તમને શો હક્ક છે ? તમે કડુંશો કે એણે મેળવી એટલે. પરંતુ તમે ન મેળવી હોત તો ? છતાં તે વખતે તમારા દિલમાં માત્ર જેવાની જ ભાવના હોત, માત્ર કુદરતની અલૌકિક સુંદરતાની દૃષ્ટિથી નારીશરીરને નિર્મલ નિધાથી જોઇ લીધું હોત તો તમે દોષિત નહોતા. એમ તો સ્ત્રી પુરૂષને અને પુરૂષ સ્ત્રીને અનેક વખતે પરસ્પર જુએ છે. તે પોતાની હોય કે પરાઇ. એ કેવળ જોવાથી દોષિત નથી થવાતું. અત્યંત સુંદર મનોહર નારીને જોઇને તો કેટલીક વખત એવાય વિચારો આવે છે કે પરમાત્માએ આ સ્ત્રીના પેટે અવતાર આપ્યો હોત તો આપણે પણ કેટલા સુંદર બનત ? એ પણ એક નજર છે ! પરંતુ જ્યારે કામુક્તાભરી નજર હોય છે, તેમાં લુચ્ચાઇ, ખંધાઇ અને કટાક્ષ ભર્યા હોય છે, તે આંખો છાની રહેતી નથી.

તમે એ બેનને એક વખત મળ્યા પછી અનેક વખત મળવાનો પ્રયત્ન કરીશો. શા માટે ભાઇ બેનને મળ્યા કરે ? અને તેમાં પણ તમે તો તેના ભાઇ નથી. ભાઇ જેવા છો એમ તમને રસ્તે જતી બાઇએ સંભળાવ્યું છે. તો ભાઇ બેન છૂપાં શા માટે મળે ? બારીએ શા માટે ડોકાય ? ચીઠ્ઠીઓ શા માટે અરસપરસ ફેંકે ? આ વહેવાર એક વિશુદ્ધ ભાઇ-બેનનો છે એ મને સમજાવશો ?

આજના જમાનામાં નબળા માનસનાં માણસો પ્રથમ આવી રીતે જોડાય છે અને પછી આગળ વધી વ્યભિચારના પથે પડે છે.

તમે કદાપિ સાચાં જ ભાઈ-બેન એક જ માતાની કુખે પાકેલાં હો તો પણ તમે દુનિયાથી છુપાવીને આવાં કામ કરો-ખાનગી વહેવાર ચાલુ રાખો, તો તેવાં સગાં ભાઈ બેન પણ દોષિત ગણાય.

શાસ્ત્રકારે સગાં ભાઈ બેનને પણ યુવાનીના કાળમાં એકાંતમાં રહેવાની સાફ મનાઈ ફરમાવી છે. એના ઉપર વશિષ્ઠ અને યાજ્ઞવલ્ક્યની આખી આખ્યાયિકા છે.

સ્મૃતિમાં લખવામાં આવ્યું કે એકાંતમાં યુવાન ભાઈ બેને પણ ન રહેવું. ત્યારે વશિષ્ઠ મુનિએ વાંધો ઉઠાવ્યો કે સ્મૃતિ એ મનુષ્યને આજ્ઞા કરનારી ન્યાયપોથી છે. તેમાં આવું ન લખાય. ભાઈ અને બેન એ એક માતાના ઉદરથી પાકેલાં બાળકો ગમે ત્યારે એકઠાં રહે તેમાં હરકત ન જ હોય. ત્યારે યાજ્ઞવલ્ક્ય મુનિએ દૂર દેશી દાખવીને એ લખવાની જરૂર જણાવી. એક એ લખવા માગતા હતા, બીજા તેની વિરૂદ્ધ હતા. એમ કરતાં સાયંકાલ થયો અને તેઓ જુદા પડ્યા. યાજ્ઞવલ્ક્ય મુનિએ જાણ્યું કે વશિષ્ઠ મને નહિ લખવા દે. કારણ કે એ દલીલોથી મને હારવી મૂકનાર છે-શુદ્ધિમાન છે. માત્ર વાસ્તવિકતાનો અને અનુભવજ્ઞાનનો એમાં તોટો જણાય છે; માટે મારે તેમને સમજાવવાની જરૂર છે.

અચાનક આકાશમાં ધુમસ ચઢી આવ્યું. પવન જોરથી ફુંકાવા લાગ્યો. વૃક્ષો અને વનવેલીઓ પવનને ઝપાટે જાણે જમીનમાંથી ઉખડી પડશે એવાં બની ગયાં ! અને મુસળધાર વરસાદ વીજળીના ચમકતા નૃત્ય સાથે તુટી પડ્યો. માત્ર પાતળી અત્યંત બારીક સાડી પહેરેલી, ચોળી કે ચણીયા વગરની વીશ વરસની યુવાન બાઈ વરસાદ અને વાવાઝોડાથી આવરી બની ગયેલી, મસ્તકના વાળનો અંબોડો વીખરાઇને લટકી ગયેલો છે, વરસાદમાં પહેરેલું બારીક વસ્ત્ર શરીર ઉપર ચોંટી જાય છે, એને સ્વરખું સેરવતી ગાભરી ભયભરી બનીને વશિષ્ઠની પર્ણકુટીમાં પ્રવેશી.

‘કાણુ બેન ! અત્યારે આ સમયે અહીં ક્યાંથી ?’ ‘ભાઈ, શૂઝનાં પુખ્તો વીણવા ઉપવનમાં નીકળી પડી હતી ત્યાં અચાનક આ

તોફાનથી માર્ગ બૂલી. ભાષ, દિશા નથી સુજતી. રાત્રિ અધઘારભરી. મારો આશ્રમ દૂર રહ્યો. ત્યાં કેવી રીતે પહોંચાય ? હવે તો રાત્રિ અહીં જ ગુળરવાની છું. ટાઢ પાણુ ખૂબ ચઢી છે. હવે હું બહાર નહિ જઈ શકું. વીરા, મને વસ્ત્ર આપો. તે બદલું અને અહીં પડી રહું. વશિષ્ઠનાં બેને પ્રત્યુત્તર આપ્યો.

‘વાર, બેન ! પર્યુકુટીના અંદરના ખંડમાં જાઓ. ત્યાં ઘોતી વગેરે મળી રહેશે. તે બદલો અને અંદરનાં દ્વાર બંધ કરી આરામ લ્યો, દેવી !’

બેન અંદરના ખંડમાં દરવાજા બંધ કરી સુતાં. વશિષ્ઠ પર-સાળમાં છે. એકાંત છે. રાત્રિ છે, વાવાઝોડું શાંત થયું છે, રાત્રિ સુમ, સુમ, કરતી વધી રહેલી છે.

વશિષ્ઠની નજરે વસ્ત્રની આરપાર એક ખૂબસુરત યુવાન સ્ત્રીને અર્ધનમ્ર દશામાં જોઈ છે. એ સ્તન, એ બાંધ, એ લટકતા વાળ, એ ભરાવદાર બદન અને એ ગોરું ગુલાબી વદન...

નારી સ્તનમ્ભર જઘનિવેશં દૃષ્ટ્વા માયા મોહાવેશં

અહાહા કેટલી સુંદરતા ! કેટલું સરસ શરીર ? એનો સ્પર્શ કેટલો અહલાદકારક હોય ?

ગીતા કહે છે.

વિષયન ધ્યાયતે પુંસઃ સંગસ્તેષુપજાયતે ।

વિષયનું ધ્યાન કરનારને તેનો સંગ થાય છે. વશિષ્ઠ, હાદડીની પથારી ઉપરથી કાંબળીને ફગાવીને ઉઠ્યા અને અંદરની પર્યુકુટીના દ્વારે આવ્યા. તેને ઉઘાડવા દ્વાર ખસેડ્યું. દ્વાર અંદરથી બંધ હતું. કામ-વિહળતા ભરતીથી ભરપૂર હતી, શુદ્ધિ ઉપર, સારાસારના વિચાર ઉપર, ભાષબેનના સંબંધ ઉપર કાળી પીછોડી લપેટાઈ ગઈ હતી.

અંદર કેમ જવાય ? એટલે એ ચઢ્યા પર્યુકુટી ઉપર. તેની ઉપર જઈને દાહડાના છાજને હળવે હળવે દૂર કર્યું અને એ પર્યુકુટીના

મધ્યસ્તંબને પકડી અંદરના ખંડમાં ઉતરી પ્રડ્યા. ધીરે ધીરે પેલી ખેન—મોહમયી નારી ક્યાં છે તે શોધવા લાગ્યા. અંદર અંધારું હતું અને દીવો હોય તો ય. ‘કામાંધો નૈવ પદ્યતિ.’

ટાઢથી ધ્રુજતાં અને શરીર સંકોચતાં એક ખૂણામાં ખેન સુતાં છે. એને વશિષ્ઠનો હાથ લાગ્યો. તે હતું મસ્તક. માથે હાથ ફેરવી મોઢા ઉપર હાથ ફેરવતાં લાંબી દાઢી તેમના હાથમાં આવી અને વશિષ્ઠથી ખોલાઈ ગયું:

‘એ કાણુ ?’

‘એ તો હું યાગવલ્કય. કેમ વશિષ્ઠ મુનિ ! લાઇ ખેને એકાંતમાં ન રહેવું એ આપણે સ્મૃતિમાં લખ્યું ને ?’

‘વાલ દેવ, કામ આટલો પ્રયત્ન છે તેમ હું નહોતો જાણતો. ક્ષમા કરો. હું અપરાધી છું. આપની મહાન દૂરદર્શી શક્તિને ન પિછાની શક્યો. મારા જેવા તપસ્વી અને સંયમી પુરુષોને પણ કામ—બલવત્તર કામ સ્થગિત કરી નાંખે છે, તો પછી.....’

**વિશ્વામિત્ર પરાશરા પ્રમૃતયો વાતાંબુ પર્ણાશના
સ્તોપિ સ્ત્રીમુખ પંકજમ્ સુલલિતમ્ દૃષ્ટ્વા સુ મોહંગતા ॥
સ્વાદ્યાન્નં સઘૃતં પયોદધિયુતં મહ્યંતિ યે માનવા
સ્તેષાં ઇન્દ્રિયનિગ્રહો યદિભવેત્ વિંધ્યતસ્તેરત સાગરમ્ ॥**

અર્થાત્ વિશ્વામિત્ર, પારાશર આદિ મહાપુરુષ વાયુ, પાણી ને પાંદડાંનું બક્ષણ કરી તપ કરનારાઓ પણ લલિત મુખવાળી વામાઓને જોઈને મોહ પામી ગયા તો પછી જેઓ ઉત્તમ અન્ન, ઘી અને દુધ સાથે જમનારા છે તેઓ ઇન્દ્રિયોનો નિગ્રહ કરવાનું કહે તો તે વિશ્વામિત્ર પર્વત લઈને સમુદ્ર તરવાનો પ્રયત્ન કરવા જેવું જાણવું.

આ દૃષ્ટાંત મને એક વડીલ પાસેથી સાંભળવા મળેલો. એટલે કદાચ વશિષ્ઠ અને યાગવલ્કયનાં પાત્રોમાં ફેર હશે પણ પુરાણુગત આ વાર્તા છે.

એટલે પ્રશ્ન પૂછનાર વિનાશના પંથે પગ ભરનાર બિરાદરને મારે સાચી સલાહ આપવી જોઈએ કે જે બાઈ સાથે તમારો છૂપો વહેવાર ચાલે છે તેને તમે બંધ કરી એ બાઈને જૂલી જાઓ. શરીરથી જૂલી એટલું જ નહિ, મનથી પણ. અને એ જોન પણ આવા બાઈને જૂલી નીતિના માર્ગે ચાલે તેમાં જ તેમની, આત્મરૂ, શિયળ, અને સદ્ગુણ છે. નહિ તો તમે એ દશાએ પહોંચશો જેવા જાજરમાં દોડતા કીડા હોય છે.

*

(૧૬૬) કે. બી.-જીનાગઢ

દશ વરસના હતા ત્યારથી સફેદ વાળ, શરીર માયકાંગલું, અભ્યાસ થયો નહિ. મોટરમાં કલીનરની નોકરી કરી, તેમાં ફાવ્યા નહિ. હવે બીજી કેટલીક આશાઓ છે, તે માટે મને પૂછો છો :

કેટલાંક બાળકો જન્મ્યા પછી કુછંદે ચઢીને અથવા આહારવિહારમાં સંયમ નહિ જાળવી શકવાથી નબળાં બની જાય છે, ત્યારે કેટલાંક બાળકો માતાપિતાનાં નમાલાં રજ-વીર્યમાંથી પેદા થયેલાં હોઈ એ જન્મથી જ નિર્માલ્ય, નિરૂત્સાહી અને માયકાંગલાં બની રહે છે.

તમારી બાળ્યતમાં તમારા દોષ કરતાં તમારાં માતાપિતાને પરિપાક જ એવો તૈયાર થયો છે કે જેથી તમારા જેવું બાળક થયું. દશ વરસમાં માથામાં ઘોળા વાળ આવી જાય, મનમાં કામ કરવાની હિંમત નહિ, મગજમાં વિદ્યાભ્યાસની તાકાત નહિ, તેમજ શરીરમાં દીપ્તી નહિ, તો પછી તમે જે હવાઈ કીક્ષા બાંધો તે નકામા છે.

કસરતથી શરીર સુધરે છે પરંતુ કસરત કરનારને ષૌણ્દિક દૂધ, ઘી, માખણ વગેરે ઉત્તમ ખોરાકો મળવા જોઈએ. તો જ કસરત કરવાથી શરીરને લાગતો ઘસારો આવા ઉત્તમ ખોરાક ભરપૂર કરી શકે છે. સારા ખોરાક અને દૂધ, ઘી, વગરની કસરત લાભને બદલે

નુકસાન કરે છે. દહાડામાં દશ વખત ચહા જોઈએ, ખીડીઓનાં કુંઠાં તો મોઢામાં અમિહોત્રીના હવનની માફક જલતાં જ હોય, એક દાદરો ચઢવામાં કે એ-ચાર ડગલાં ચાલવામાં શ્વાસ ચઢતો હોય, તેવા ભાઈઓ કસરતની વાતો સાંભળી કે કસરત કરી પહેલવાન બનેલા યુવાનને જોઈને મનસુખા ધડે, એટલું જ એના માટે ધણું છે. એ કાંઈ કરી શકવાના નથી અને એમને માટે જેટલો દોષ તેમના શરીર અને મનનો છે તેટલો જ દોષ તેમને જન્મ આપનાર માતાપિતાનો છે.

દુખીયાં, દુખળાં, રોગી, કલીષ્ટ માનસવાળાં, કંકાસી, દુર્વ્યસની માતાપિતાઓ અનેક રોગોનાં પરમાણુથી ભરેલાં હોય અને જેમના સમાગમમાં સંતાન પેદા કરવાની ભાવના નથી પરંતુ માત્ર વ્યભિચાર-માનસ વ્યભિચારના ક્ષણ રૂપે પેદા કીધાં હોય તેવાં બાળકો મહાન બનવાની આશા રાખે તે નકામી છે.

કરણનાં પુષ્પમાં ગુલાબની ખુશબો ક્યાંથી લાધે ? એ માટે રોપ, ક્યારો, પાણી અને ઋતુ ઉપર જ્યારે માળી ખ્યાલ રાખે ત્યારે જ ગુલાબ મેળવી શકાય છે.

આ લખીને તમને નારાજ નથી કરતો, તમે પ્રયત્ન કરશો, મન મજબૂત બનાવશો, વ્યસનોથી અળગા રહેશો તો જરૂર કાંઈક કરી શકો એવા થઈ શકશો.

ખીજું તમે લખો છો કે ‘હું ક્ષાઈવર થઈ શકીશ કે નહિ ?’

આ માટે તો આપ કોઈક ન્યોતિષી છુવા પાસે જઈ પ્રશ્નકળ મુકાવો, બિરાદર ! અથવા અઠવાડિક ભવિષ્યમાં અઠવાડીએ અઠવાડીએ ભવિષ્યનાં ચક્ર ફરતાં જે નજરોનજર બળાય છે તેમાં તમારી નજર મેળાવી લ્યો. તમને પણ એ આયનામાં ભવિષ્ય ભાસશે. એ વિષે કશું કહેવાની મારામાં તાકાત નથી.

(૧૬૭) ગોંડળનિવાસી

‘બહુરૂપી’ના અનેક વાચકોના પત્રો રોજ-બ-રોજ મળ્યા કરે છે. તેમાં જાતભાતના પ્રશ્નો પૂછવામાં આવે છે. કેટલાક પત્રોના લખનારને સીધા જવાબ અપાય છે. પરંતુ ઘણાના એવા સંયોગો હોય છે કે તેઓ સીધો જવાબ મેળવવામાં જોખમ કે શરમ સમજે છે. તેમને ‘બહુરૂપી’ દ્વારા જવાબ અપાય છે. તેમાંના એક આ લાઇનો પત્ર મને મળે છે. એ લાઇનો પત્ર હું અહીં ઉતારું છું. હું માનું છું કે તેમના જેવી શારીરિક અને માનસિક સ્થિતિ ઘણા યુવાનોની હશે. તેઓને આ પત્ર વિચાર કરાવતો બનશે :

‘મારી ઉંમર વરસ ૧૮. હજી અભ્યાસ કરું છું. નાનપણમાં કુટેવ પડી ગયેલી. અહીં વરસ પહેલાં લયંકર બિમારીમાંથી બચ્યો. છતાં એ કુટેવ બિમારી પછી પણ આઠ-નવ મહિના ચાલુ રહી. આજ સવા વરસથી તેનો પૂર્ણપણે ત્યાગ કર્યો છે. પણ હવે તેનાં લયંકર પરિણામો ભોગવવાં પડે છે. કુટેવના અંગે થવી નેષ્ટતા લગભગ તમામ શારીરિક અને માનસિક ફરિયાદો, અને તેમાં ખાસ કરીને પેટનું સખત રહેવું, જેમ પાણીમાં સીસાનો કકડો પીગળે નહિ તેમ હોજરીમાં જ્યારે ખોરાક પડે ત્યારે જાણે સીસું પડ્યું, પછી પચવાની તો વાત જ ક્યાં? આંતર સાવ નબળાં પડી ગયાં છે. શરીર તપેલું રહે છે. નબળાઇ, લોહી-માંસનો અભાવ સખત કબજિયાત, જીલાય ન લાગવો, ચક્રર આવવાં, કોઇ કોઇ વખત હૃદયમાં સોય ભોંકાવા જેવું થવું, લથડીયાં આવવાં, ઉત્સાહ નહિ, એ બધી મારી શારીરિક ફરિયાદો છે.’

તે ઉપરાંત આ લાઇનો કેટલીક માનસિક ફરિયાદ પણ કરવાની છે. એ વિષયમાં તે જણાવે છે કે :—

‘પહેલાં જેઓ મારા મિત્રો હતા તેમાં હવે મને વિશ્વાસ રહ્યો નથી. અને કોણ જાણે કેમ મને પૈસા ઉપર અભાવ આવી ગયો.

જે. મને વિચાર આવે છે કે કદાચ મારી પાસે પુષ્કળ પૈસા થાય તો એટલા બધા પૈસાને મારે શું કરવા? મને તો થોડા પૈસા મળે એવો ધંધો મળે તો સાફ એમ થયા કરે છે. અને આ જ બાબત મને પ્રગતિના પથે જતો અટકાવે તો ના નહિ. પહેલાં મને પૈસા બાબતનો વિચાર સરખો પણ ન આવતો. હવે મને એવા જ વિચારો આવ્યા કરે છે.

‘શારીરિક ક્રિયાદો તો હું સમજી શકું છું. પણ આ માનસિક ક્રિયાદો કેવી રીતે ઉદ્ભવી તે હું નથી સમજી શકતો. એ બાબત મને સમજાવશો? બીજું, મગજ ખાલી જડ જેવું લાગે છે. પહેલાં મને જે બાબતમાં રસ હતો તેનો અત્યારે શોખ નથી રહ્યો. પહેલાં ગમે તે બાબત ગમે તેટલી અધરી હોય તો પણ તે મગજમાં ઉતારી શકતો, તે આજે ગમે તેટલી સરલ અને સરસ હોય તો પણ નથી ઉતરતી. મને ક્યાંય ગમતું નથી અને માફ જીવન ખાફં ઝેર જેવું થઈ પડ્યું છે. અભ્યાસ મેં એક વરસ માટે છોડી દીધો છે. મારી સ્થિતિ જો નહિ સુધરે તો મારે અભ્યાસને હમેશાને માટે તિલાંજલી આપવી પડશે. એક વરસ દરમિયાન હું મારી સ્થિતિ સુધારવા માગું છું. બીજું મને એમ લાગે છે કે હું જ હોંશીયાર છું એવું મને અભિમાન આવી ગયું છે. પહેલાં આવું ન હતું અને હવે કેમ?’

આ બાબતોના પત્ર વાંચી હૃદયને બારે આઘાત થયો છે. અઠાર વરસની ઉગતી વયના કુમળા બાળકની આ દશા? મને તો એ માટે તેનાં માતા-પિતા અને વડીલો જ જવાબદાર લાગે છે. બાળકને પડતી કુટેવોનાં કારણો અનેક હોવા છતાં તેનું દોષારોપણ હું મુખ્યત્વે કરીને વડીલોની ઉપર જ કરું છું.

આ અઠાર વરસનો યુવાનીના ઉંબરે ઉભેલો બહુ અનિષ્ટ વેવોને ભોગ બની હતવીય બની ગયો છે. તેને પરિણામે શારીરિક અને માનસિક ક્રિયાદો તેને કરવી પડે છે. તેણે પોતાનું પુરુષત્વ ગુમાવી

દીધું છે. નહિતર ‘મને વધારે પૈસા મળશે તેનું હું શું કરીશ ?’ એવો વિચાર પણ તેને શા માટે આવવો જોઈએ ?

હજી કાંઈ વહી ગયું નથી. આ ભાઈ જણાવે છે તેમ જો તેણે પોતાની કુટેવનો પૂર્ણપણે ત્યાગ કર્યો હોય, તો મારી તેને વિનંતિ છે કે હવે ભવિષ્યમાં તે જીવનને કબ્જરસ્તાન બનાવનાર એ કુટેવના માર્ગે કદિ પણ નહિ ચડે.

બાકી તેને કોઈ ખાસ દવાની જરૂર નથી. મુખ્ય જરૂર લાંબા કાળ સુધી કામિક, વાચિક, માનસિક પૂર્ણ સ્વસ્થતા પાળવાની છે. તેનો આહાર શુદ્ધ અને સાત્ત્વિક હોવો જોઈએ. જ્ઞાનતાંત્રીને ઉશ્કેરે તેવો ખોરાક ન લેવો. જનતન્નતના મસાલાનો ત્યાગ કરવો. જો આ ભાઈ અઢી રાખીને ચારથી છ માસ સુધી દૂધ ઉપર રહે તો તેની શારીરિક અને માનસિક બધી ફરિયાદો દૂર થઈ જાય. તેણે જાણે નવો જ અવતાર પ્રાપ્ત કર્યો હોય એવું તેને લાગશે. દૂધના પ્રયોગ સાથે કોઈ દવાની જરૂર નથી. માત્ર કબજામાં ન રહેવા પામે તે માટે અઠવાડિયામાં એક બે વખત એરંડીયું લઈ લેવું. બીજા જીલા-બની જરૂર નથી.

દૂધ બિલકુલ મોળું લેવું. તુરતનું દોહેલું શેડકદું ગળી ને તાજુ લઈ શકાય. મોઢું થાય તેમ હોય તો દૂધ ગરમ કરી રાખવું, તે બપોરના આર વાગ્યા સુધી કકડે કકડે લેવું. ત્યારબાદ સ્નાંને પાંચ-છ વાગે તાજું દૂધ લેવું અને પછી ગરમ કરી, ઠારી, રાત્રિના નવ વાગ્યા સુધીમાં દૂધ લઈ લેવું.

પહેલે દિવસે બની શકે તો નકોડો નહિતર મુસબીનો રસ લઈને એક ઉપવાસ કરશો. બીજે દિવસથી દૂધ શરૂ કરવું. પ્રારંભમાં રોજનું બેથી અઢી શેર દૂધ લેવું. ધીમે ધીમે પાંચ-છ શેર સુધી પહોંચવું. શરૂઆતમાં એકી સાથે દોઢપાશેર અને પછી અર્ધા શેરથી વધુ ન લેવું. દૂધ સમચી વડે મોંમાં લઈ તેને ચાવવું, અમીરસ (સેલીવા) સાથે મેળવી પેટમાં ઉતારવું.

શરૂઆતમાં રહેજ નબળાઈ લાગશે, થોડું વજન ધટી જશે, કબજાત જેવું લાગશે, પેટમાં ગડગડાટ થશે, કદાચ ઉલટી જેવું પણ થાય. પરંતુ તેથી હિમ્મત ન હારવી. પંદર-વીસ દિવસે અનુકૂળતા આવી જશે, લોહી વધવા લાગશે, શરીરનો વિકાસ થશે, વજન વધશે, લાલી આવી જશે, જ્ઞાનતંતુ પુષ્ટ થશે અને ચાર મહિનામાં તો તેનું શરીર અને મન એટલાં મજબૂત તથા પ્રકુલ્લ બનશે કે તેને કશીયે ફરિયાદ કરવાનું રહેશે નહિ.

દૂધ બંધ કરતી વખતે પહેલે દિવસે એક ટંક કણકીની ઘેંશ સાથે દૂધ લેવું, બીજે દિવસે કણકી અને મગની દાળનું વધારેલું પાણી, પછી બે દિવસ દાળ-ભાત, ત્યારબાદ બાજરીની ચાનકી, ભાત ને દૂધ, અને એમ કરતાં અઠવાડિયામાં તમામ ખોરાક ઉપર ચડી શકાશે. આ પ્રયોગ શરીર અને મનના કોઈ પણ રોગને હઠાવવાને માટે અકસીર છે.

આ ભાષ ‘રખે વહેમાતા’ વાંચી જાય. તે વાંચવાથી તેના મનના કેટલાક વહેમો ટળી જશે. તેની શારીરિક ફરિયાદોને દૂર કરવાના નિર્દોષ ઉપાય પણ તેમાંથી મળી આવશે.

હાલમાં અભ્યાસ ભલે બંધ રાખ્યો. છ મહિના પછી શરૂ કરવામાં હરકત નહિ આવે.

ચૈસા પ્રત્યે આવેલા અભાવનું મુખ્ય કારણ આ ભાષની હતવીર્યતા છે. નિરૂત્સાહી મન ચૈસાનો કેવી રીતે, શો ઉપયોગ કરવો તેનો વિચાર કરી શકતું નથી. પુષ્કળ ધનપ્રાપ્તિ થઈ ગયા બાદ કદાચ તેનો અભાવ થાય એ સંભવે છે, પણ ચૈસા હજી તો મળ્યા પણ નથી ત્યાં તેના તરફ અભાવ થવો એ તો મનની નિર્બળતા જ સૂચવે છે. તન-મન મજબૂત બનતાંની સાથે જ ધનના ભંડારને વિશાળ અને ભરેલો બનાવવાની ભાવના જાગૃત થશે.

આવા જીવાનો એકાંતિકતાને વધુ પસંદ કરે છે. એથી નવરુ હોય, એકલા હોય, એટલે મન વિચારોના ચક્રોળે ચઢે અને વધારે પૂ. ક. ૧૭

નિર્જળ બને છે. તેમણે એકલા તો રહેવું જ નહિ અને મનને કાંઈ ને કાંઈ કામમાં પરોવવું.

આ ભાઈને એક પ્રશ્ન પૂછવાની ઇચ્છા થાય છે: જનપણમાં તેઓ પોતાના ગળ ઉપરાંત ભાઈબધ-દોસ્તોમાં ખર્ચ કરતા ખરા ? તેમને ટાપટીપથી રહેવાનો શોખ હતો ? તેમને જોઈએ ત્યારે વાપરવાને માટે પૈસા મળી શકતા હતા ? જો એમ હોય તો એ કારણને લીધે પણ અત્યારની તેમની સ્થિતિમાં તેમને પૈસા પ્રત્યે અભાવો પેદા થાય તેમાં નવાઈ નથી. શારીરિક અને માનસિક શક્તિ વધતી જશે તેમ એ ભાવના દૂર થઈ જશે.

તેમના પત્રની સરલતા તેમને અભિમાની દર્શાવતી નથી. એ તો તેમના મનનો ખાલી વહેમ માત્ર જ છે. બાકી દરેક માણસ પોતાને બીજના કરતાં હોંશીયાર માને તેમાં કશું ખાસ ખોટું નથી. માત્ર પોતાની એ માન્યતા જ્યાં ત્યાં જાહેરમાં દર્શાવવી ન જોઈએ.

*

(૧૬૮) એસ. ટી.-રાજકોટ

ભાઈશ્રી, તમે બીજા ગામથી કામળ લખો છો, ક્વર ઉપર તે ગામની છાપ છે, જ્યારે જુદા જ ગામ અને નામથી જવાબ મારો છે. જો તમારા પિતાના હાથમાં પત્ર ગય તો તમારી ગુપ્ત ઘટના ખૂલી પડી જવાનો ભય રાખો છો. એ ભયને કારણે નથી કાંઈ સારા વૈધની સલાહ લઈ શકતા, નથી કાંઈની દવા લઈ શકતા.

તમારા ગુપ્ત દરદને મટાડવા ચાહો છો, તે માટે તમે છૂપી રીતે જાતે બનાવી શકો એવા ઔષધનો પાક મારો છો; પરંતુ એ દવા તમારે ધરના માણસોની હાજરીમાં જ ખાવી પડશે તેનું કેમ ?

મારી પહેલી સલાહ તો એ છે કે તમારા દરદની તમામ હકીકત તમે તમારા માતા-પિતાને જણાવો. જો જાતે ન હકી સહી તો કાંઈ મિત્ર દ્વારા તેમના કાન ઉપર લાવો. કદાચ તમારા પિતૃ ઇપ્તે આપે, ધમકાવે કિંવા આવેશમાં આવીને તમને લાડન કરે તો તે પણ સહન કરી લ્યો.

ગમે તેમ તોય એ તમારા પિતા છે—પુત્રવત્સલ છે. તમારે માટે તેમના હૃદયમાં મારા કરતાંયે અતોનાત લાગણી હોયજ. એટલે તમારૂં દરદ તેમના જાણવામાં આવતાં તેઓ તેના ઉપાયને માટે સઘ માર્ગ લેશે.

એ પછી જો તમારા પિતાને ચોગ્ય લાગે તો તેઓ તમારા દરદને લગતી તમામ હકીકત મને લખે અથવા તમને લખને મારી પાસે આવે. તમારો તખીયત નજરે જોઇ, તપાસીને હું તમને દવા ખતાવી શકીશ. તમારૂં દરદ લાંબા સમયનું હોઇને વગર તપાસ્યે માત્ર તમારા પત્રને આધારે દવા ખનાવવાથી કશો લાભ થાય તેમ નથી.

જો તમારા ગામમાં કિંવા આસપાસના કોઇ મોટા શહેરમાં સારા, સમભાવી, દયાળુ વૈધરાજ હોય તો તેમની પાસે તમારા પિતા તમને લઇ જાય અને તેમની દવા ચાલુ કરે તો એ પણ ખોટું નથી.

માટે તમે તમારા મનમાંથી ભય કાઢી નાંખો, ગુસ્સાને દૂર કરો. આટલું કરશો, ખૂબ દિલના ખનશો તોય તમારૂં અર્ધું દરદ નાખૂદ થઇ જશે.

બાકી તો તમારે લાંબો સમય અભિચર્યનું પાલન કરવાની જરૂર છે. ખોરાકમાં અને તેટલું ગાયનું દૂધ વધારે લો, ગરમ મસાલાવાળા પદાર્થોના મોહ છોડી દો, સાત્ત્વિક આહાર લો.

તમે તમારૂં સાચું નામ આપી શકતા નથી, એ તમારો મુશ્કેલી સમગ્રય છે. મને એનો રોષ નથી, પરંતુ તમારે માટે દયા હિપજો છે. બારતવર્ષનું યુવાન ધન આવી રીતે મૂર્ખતા તથા બીજીપણામાં હરાઇ રહ્યું છે.

તમે ટપાલખર્ચમાં નકામા પૈસા ન ખર્ચાડશો. તમારા પિતા જ તમારા સાચા સલાહકાર અને મિત્ર અને, તમને કોઇ સફવેદ પાસે લઇ જાય તે જ તમારા લાભનું છે. આ પત્ર તમારે પિતા પણ વાંચે એમ ધન્યું છું.

(૧૬૯) જ્ઞાસુ-વાગરા

‘**હમારા** ધરમાં ઉંદર, મંકાડા, અને કીડીઓનો ધણો ત્રાસ છે. તો તે દૂર કરવા માટે શા ઉપાયો લેવા તે ‘બહુશ્રી’ માં જાહેર કરવા મહેરબાની કરશો.’

આવી નજીવી બાબતને માટે પણ પોતાનું નામ જાહેરમાં લાવતાં આ લાઘવે સંકાચ થાય છે. એક વૈધને આવે પ્રશ્ન પૂછવાની શી જરૂર? એમ તો ધણાંય ધરોમાં ઉંદરો દોડાદોડી કરે છે, ઉનાળામાં કીડીઓ અને ચોમાસામાં મંકાડા ઉભરાય છે. આપણે જે કાંઈ કમાઈએ છીએ તેમાં કીડી, મંકાડી, ઉંદર આદિ સર્વ પ્રાણીઓનો ભાગ છે. જો તેઓ તમને કશી હરકત ન કરતાં હોય તો ભલેને ધરમાં ફરતાં!

બાકી કીડીઓ થતી હોય ત્યાં ગૌમૂત્ર છોટા, ઓછા થઈને અદશ્ય થઈ જશે. મંકાડાને માટે રાખ કિંવા ફિનાઇલનો પાઉડર આવે છે તે નિયમિત છાંટવાનું રાખશો તો ઉભરાતા બધ થઈ જશે.

ઉંદરનો નાશ કરવાની દવા આવતી હશે પણ તેનો ઉપયોગ કરવાથી ઉંદરનો અંત નહિ આવે અમુકનો નાશ કરશો તો બહારથી ખીજ આવશે.

ઉંદરને દૂર કરવા માટે સારો ઉપાય ‘ધરમાં ઉંદરીયું’ રાખી, ઉંદરોને પકડી ગામથી દૂર લઈ જઈ છોડી આવવાનો છે. તે ઉપરાંત રાત્રે ધરમાં દીવો રાખવો. અજવાળામાં ઉંદરો ઓછા આવે છે. જો તમે સાવચેત રહેશો તો ઉંદરો આવતા ઓછા થઈ જશે અને તમારા મકાનમાં પગ મૂકવાનું જ પસંદ નહિ કરે.

ખીજો ઉપાય તમારા મકાનની રચના નવેસરથી કરવાનો છે. પણ એ તો કદાચ ખર્ચાળ થઈ પડે. જો સીમેન્ટની દીવાલો અને જમીન પર લાદીવાળું સરસ મકાન બંધાવી શકે તો ઉંદર, મંકાડા કે કીડી આવી જ શકે નહિ.

(૧૭૦) રમેશ—પુના

તમારા પત્રની મતલબ આ પ્રમાણે છે : એ માસ પહેલાં એક વેસ્ત્ર સાથે સમાગમ કરવાથી તમને ગુપ્ત ભાગ ઉપર ચાંદી થઇ. એક મિત્રના કહેવાથી કપુર, મોરચુથુ, ફટકડીના પાણીથી રોજ ધોવાથી પાંચ-છ દિવસે મટી ગઇ. પરંતુ દર આઠ—પંદર દિવસે ફરી ફરીથી થાય છે.

ભાઈશ્રી, તમે તમારા દોષને સ્વીકાર કરો છો તે માટે તમને ધન્યવાદ. તમારું દરદ મૂળમાંથી ગયું નથી. તમને લાગેલો એપ શરીરની અંદર ધર કરતો જાય છે. તે માત્ર બાહ્યોપચારથી ન મટે, અને આવા ગંભીર દરદને દૂર કરવા માટે પત્રો દ્વારા પુછાવવું તે પણ યોગ્ય નથી. તમે મારા તરફથી પ્રકટ થયેલું ‘રમે વહેમાતા’ મેળવીને વાંચી જાઓ. પુનામાં એ. એચ. બ્હીલરના રેલ્વે બુકસ્ટોલ પરથી મળી શકશે. કિંવા કોઈ મિત્ર પાસે હોય તો તેમની પાસેથી મેળવી લો. તેમાં આ વિષયને માટે ખાસ પ્રકરણ આપ્યું છે, દરદનું કારણ તથા ઔષધ આદિની પૂર્ણ માહિતી મળી રહેશે. તેમાં દર્શાવેલો ઉપચાર કરો જરૂર મટી જશે. પરહેજ પૂરી જાળવવી જોઈશે.

કોઈ સારા વૈદ્યની સાનિધ્યમાં આવા ગંભીર દરદની દવા કરવી જોઈએ. કેવળ જાહેર ખર્ચર ઉપરથી દવા મંગાવીને તે લેવાથી લાભ નહિ થાય. ન્યાંસુધી આ દરદ પૂર્ણપણે નાશુદ ન થાય ત્યાંસુધી અભ્યર્ચનું પાલન કરવાની પ્રતિજ્ઞા લ્યો, એથી કાયમનો અને જલ્દી લાભ થશે.

(૧૭૧) નિરાશ--મુંબઈ

ભાઈશ્રી, તમારો પત્ર નીચે આપું છું :

‘હું ઘણો જ દુર્બળ છું. ખરાબ સોજતને લઈને મને ખીડીનું બેસન પડી ગયું છે. હાલ તે છોડવા ઘણી મહેનત કરું છું પણ છુટતું નથી. ખીડીને લઈ ખાંસી તથા કફ અને પિત્તનો ઉદ્ભવ રહે છે.

‘મારી ઉંમર ૨૩ વરસની, ઉંચાઈ ૫ ફીટ, ૭ ઇંચ છે. પણ બાંધો સુકલકડી અને વજન ઘણું ઓછું-૧૧૫ રતલ છે. મારી ઇચ્છા વજન વધારવાની, શરીરને ભરાવદાર બનાવવાની અને ગાલોમાં જે ખાડા પડી ગયા છે તે મટાડવાની છે.

‘મને ઘડીએ ઘડીએ પેશાબની હાજત થઈ આવે છે. વરસ દહાડા પહેલાં પેશાબમાં સાકર તથા આલ્બ્યુમેન જતું હતું. હમણાં તે જતું નથી. તો હજી શા કારણે બહુમૂત્રતાનો રોગ છે ?

‘કોઈ કોઈ વખત હાથપગ ઘૂંચે છે, કાંઈ કાંઈમાં મન ખેસતું નથી, અચ્ચી થાય છે, નિયમસર આડો આવતો જ નથી, સમાગમ પૂર્ણ થતા પહેલાં જ વીર્યસ્રાવ થઈ જાય છે. સમાગમ પછી પેશાબ કરવો પડે છે. આટલી બધી બિમારીઓએ મારા શરીરમાં ઘર કર્યું છે. બધા મને ‘સુકલકડી’ કહી ચીડવે છે. મારે તેમને બતાવવું છે કે હું જે મનમાં લઉં તો એક ‘સેન્ડો’ થઈ શકું. સ્હાંજના હું દોઢ માઈલ ચાલું છું, છતાં ચ્ચી થતી નથી. ચાહ પણ સ્થવારે, બપોરે, સ્હાંજે ત્રણ વખત જ પીઉં છું. જે ઉપાય બતાવશે તો મહેરબાની થશે.’

ભાઈ નિરાશ ! તમારો આખોય પત્ર વાંચ્યા પછી કોઈ પણ એમ કહે કે તમે માનસિક જરૂરથી પીડાઓ છો તેમાં કશું પણ ખોટું નથી. તમે ‘નિરાશ’ શા માટે બની ગયા છો ? તમને ખાસ કોઈ એવું દરદ જ નથી.

તમારી ઉચ્ચાઈના પ્રમાણું તમારું વજન ૧૧૫ રતલ ઓછું અણાય ખરું, પરંતુ આપણા દેશના માનવીઓની શરીરસંપત્તિના પ્રમાણમાં એ કંઈ બહુ ઓછું તો નથી જ. જો તમારું વજન ૧૪-૧૫ રતલ વધી જાય તો પછી કંઈ હરકત નહિ.

તમને બહુ મૂતતાનું દરદ નથી. તમારા જ્ઞાનતંતુ નળળાં પડી ગયાં છે, વીર્ઘીનતા છે, એથી મૂત્રાશય મૂત્રને કાળમાં રાખી શકતું નથી. એટલે અવારનવાર તેની હાજત થાય છે.

તમારે બીડી અને ચહાની લત તદ્દન છોડી દેવી જોઈએ. ચહા શું અને કેવું નુકસાન કરે છે એ તમે નથી જાણતા. તમે લખો છો કે તમે માત્ર ત્રણ વખત જ ચહા પીઓ છો. એ 'ત્રણ વખત'નો તમારે મન હિસાબ નથી. પરંતુ ચહા જો એક વખત પીઓ તોય તમને તે નુકસાન કરવાનો છે.

તેની અંદર 'ટેનીન' નામનું દ્રવ્ય આવે છે. તમે જાણો છો ? ટેનીક એસીડ એ નામનું દ્રવ્ય ચામડાં કેળવવામાં ઉપયોગમાં લેવાય છે. ચામડાં ગમે તેટલાં ખડખડાં હોય તો પણ 'ટેનીક એસીડ'થી તે સીધાં સપાટ અને સુવાળાં મુલાયમ બની જાય છે.

એ ટેનીક એસીડમાં ટેનીન રહેલું છે તેનો જ ગુણ છે.

ત્યારે હવે ચહા તમારી જઠરમાં જઈને શી ક્રિયા કરે છે ? જઠર રળરના દડા જેવી છે. તેનું સતત હલનચલન થયા જ કરે છે. જીભ ઉપર જેવી કરકરી છે, તેવી જઠરની અંદરના ભાગમાં ચામડી કરકરીવાળી હોય છે. તેની વચ્ચે જે કંઈ ખોરાક અર્ધોપર્ધો ચવા-ચેલો પડે છે તે જઠરમાં ચતી હલનચલનની ક્રિયાથી વલોવાય છે, ચામડીની કરકરી સાથે ઘસાય છે અને તે ખોરાકનો બારીક રસ આપે છે. એ પ્રમાણે બરાબર રસ થયા પછી તેનું રક્ત, માંસ,

મજા, મેદ, અસ્થિ અને વીર્યમાં પરિવર્તન થાય છે. અર્થાત્ પાચનક્રિયાને માટે જઠરનો ભાગ કરકરો હોવો જ જોઈએ. જો એ ભાગ ધસાઈ જાય, સુંવાળો બની જાય તો તેની સાથે ધસાતો ખોરાક બારીક ન બને, જેની તે સ્થિતિમાં રહે, તેનો રસ ન થાય અને કચરા રૂપે મળ તરીકે આંતરડામાં ભરાય, ત્યાં ચોટી રહે, ક્યજીયાત થાય, પવન રોકાય, પરિણામે જઠર સાથે જોડાયેલાં તંતુઓ નબળાં પડે. પવન વધવાથી હૃદયને ધક્કો લાગે, હૃદયના ધબકારા વધે, આવા અનેક ઉપદ્રવો એક નજીવા દેખાતા કારણથી બને છે.

હવે ચહાની અંદર રહેલું ટેનીન પેટમાં જઈ કચરીયાવાળા ભાગને સીધો સપાટ, સુંવાળો અને મુલાયમ બનાવી દે છે. એટલે જ આપણે કહીએ છીએ કે ચહા પાચનશક્તિને મદદ કરે છે. ચહામાં મોટામાં મોટો દુર્ગુણ એ છે.

અને તમાકુ: તમે બીડી પીઓ છો. એની તમાકુમાં નિકોટાઇન છે. નિકોટાઇન શું કરે છે એ તમે જાણો છો? તે શરીરની અંદર જતાં આપણા દેહમાં જે ગ્રંથીઓ છે તેની અંદરના પાચક રસને એકદમ બહાર લાવે છે. એટલે શરૂઆતમાં બીડી પીનાર, તમાકુ ખાનાર કે સુંઘનારને જાણે સ્ફુર્તિ, શક્તિ અને ભૂખ જેવું લાગે છે. એથી જ જમ્યા પછી પાચન થતું ન હોય તો કેટલાક લોકો તમાકુ પીવા કે ખાવાની ભલામણ કરે છે.

પરંતુ એ પાચક રસને કુદરતી નહિ, કૃત્રિમ, રીતે ગ્રંથીઓમાંથી એચવામાં આવે છે. એ તો દોડતા ધોડાને થાક લાગે ત્યારે ચાખૂક મારીને ઉત્તેજન આપવા જેવું છે. એક ધોડા દોડે છે, દોડતાં દોડત્ત્વ થાકે છે એટલે ગાડીવાન તેને ચાખૂક ઝાપ્ટે છે. એથી ધોડા નેરથી દોડે છે, પુનઃ થાકે છે, ફરીથી ચાખૂક ઝાપ્ટે છે અને ધોડા વળી

જોર કરે છે. પરંતુ એથી છેવટે તો તે એટલો બધો થાકી જવાનો છે કે પછી તે એક ડગલું પણ ભરી શકવાનો નહિ.

અર્થાત્ આજુક લગાવવાને લીધે દોડવાથી થાકેલા ઘોડામાં શક્તિ નહિ પણ ઉત્તેજના આવે છે. જો તેનામાં સાચી શક્તિ લાવવી હોય તો તેને આરામ આપવો જોઈએ. આરામ મળતાં થાક ઉતરી જાય, શક્તિ આવે અને તે પુનઃ તાજેમાજે બની જાય.

તમાકુનું પણ એવું જ છે. ખોરાકને પાચન કરવા કે રક્તિ લાવવા માટે તમાકુ પીનારા, ખાનારા કે ધસનારાઓ ખરો મુદ્દો સમજતા નહિ હોવાથી વ્યસનના ભોગ બની તન-મનની ભારે ખુવારી કરે છે.

તમારા જેવા માણસો માટે તો એક મજબૂત જોલ ઉભી કરવી જોઈએ. તે જોલમાં તમને રાખવા જોઈએ. ત્યાં તમાકુ, ચહા આદિ કશું પણ તમને મળી શકે નહિ. એ કે ત્રણ વખત સારો પાચક ખોરાક મળે અને શરીર કસાય તેવું કામ કરવાનું હોય. એટલું થતાં તમારી તમામ ફરિયાદો દૂર થઈ જાય, પાચન શક્તિ વધે, કબજા-યાત દૂર થાય, શરીર કસાય, લોહી ભરાય, વજન વધે અને તમે ‘મુકલકડી’ રહેવાને બદલે તાજમાજ પહેલવાન જેવા બની જાઓ.

એવી જ સ્થિતિ જો તમે સ્વેચ્છાપૂર્વક સ્વીકારો તો ચાર-છ માસમાં તમને ચીડવનારને બતાવી શકો કે તમે કેવા પહેલવાન બની ગયા છો ! બાકી તમાકુ તથા ચહા કે ગમે તે વ્યસનથી મુક્તિ મેળવવાને માટે મનોનિગ્રહ તથા દૃઢ આગ્રહ સિવાય બીજી કોઈ વસ્તુ નથી. તમારી ઇચ્છા જો હોય તો તમે આ માર્ગ લઈ શકો છો. બાકી જ્યાં ત્યાં તમારું માનસિક દુઃખ ગાયા જ કરવું અને કશો ઉપાય કરવો નહિ એનો જરૂર અર્થ નથી. તમારા જેવા સુવાનને આથી વિશેષ લખવાની જરૂર ન જ હોય.

(૧૭૨)-હૈમેન્દ્ર દેશાઈ

૫ધારો બિરાદર ! તમને અંતઃકરણપૂર્વક આવકારું છું. એ માટે કે તમે મારાં લખાણોમાંથી ખામીઓ શોધીને પત્ર દ્વારા આગળ ધરી છે. વાહ, વાહ, ધન્યવાદ અને આભારોથી ભરેલા પત્રો અનેક આવે છે અને એ મને પ્રિય પણ હોય; કારણ કે હું એક મનુષ્ય છું. પ્રશંસા કેને પ્રિય હોતી નથી ?

છતાં મારા દોષો દર્શાવનારને હું અળખામણા નથી ગણતો. સુવર્ણ મનોરમ્ય દાગીના રૂપે ત્યારે જ અને છે કે ન્યારે અગ્નિની આંચ સહી એરણના માર સહી, અતરડાના વેધમાંથી પસાર થઈ એ સોનું બારીક અને સોવલ્લું બને છે.

હીક, આપે મીડી ટીકા કરીને આ પ્રમાણે લખ્યું છે : ‘ બહુરૂપી’ હું તેનો ગ્રાહક હોવાથી નિયમિત આવે છે, તેમાં તનુર ને તણખા, તમારા લેખો તથા ખીજા ચિંતનાત્મક લેખો ઉપર આંખ ફેરવી જવાની મને માંડ નવરાશ મળે છે. ઉડતી નજરે કહું ? તમારા લખાણમાં કેટલુંક ઉપયોગી છે, થોડુંક મૌલિક પણ છે જ. પણ તમારાથી આત્મ-શ્લાઘા થઈ જતી હોય એમ મને લાગે છે. કોઈ વાર કોઈનો દુઃખદ પત્ર આવતાં તમે લાંબા નિસાસા લ્યો છો, સુખદ સમાચારથી તે ભાઈ-બહેનને તમે શાખાસી આપવા લાગો છો, ન્યારે તેને થું કરવું જોઈએ તે કેટલીક વાર બહુ થોડામાં કહી દો છો. કોઈ વાર વિષયાંતર થતું પણ જોઈ છું. આ તો મારો ઝડપી અભિપ્રાય કદાચ જુઠો પણ હોય અને ઉંડી દૃષ્ટિએ ન વાંચતો હોવાથી ભ્રમ પણ હોય.

ભાઈશ્રી, મારા લખાણની ઉપયોગિતા અને મૌલિકતા વિષે મારે કશું કહેવાનું નથી. તે તો આપને જ લાગે તે હીક જ છે. કારણ કે એ જરા પ્રશંસાના પાસામાં જતાં વાક્યો છે.

આત્મશ્લાઘા જેવું આપને ન્યાં લાગે છે, ત્યાં મારો ધંધાદારી અનુભવ હોય છે અથવા કેવળ સત્ય બનેલી ઘટના હોય છે. કારણ

કે હું વૈદક વિષયનો લેખક છું અને મારી માન્યતા હમેશ માટે એવી છે કે જો હું મારો અનુભવ એ વિષયની સાથે રજુ ન કરું તો મારી મૌલિકતા મારી જાંઘને એ વિષય કેવળ શાસ્ત્રીય-ગહન શાસ્ત્રીય બની જાય. એટલે મારા હાથે જે કેસો સારા થયા હોય અથવા જેમાં હું ફળિભૂત થયો હોઉં તેવા દાખલામાં આપને આત્મસ્તલાધા જેવું લાગતું હશે. જો કે કેટલાક લેખોમાં મેં મારી ઉલ્પ અને અલુઆવ-ડત પણ સ્વીકારી છે. ‘રખે વહેમાતા’ જે આપે પૃથ્વ વાંચેલ હશે તો આપના ખ્યાલ અહાર નહિ હોય કે હું સામાન્ય રીતે શિક્ષિત અને અનુભવી વૈદ્ય હોવા છતાં એક કોળી અને એક બીલ જેવા જંગલના વૈદ્યો મને અજાણ જણાયેલા અને તેમની સામે મારો પરાજય મેં સ્વીકાર્યો છે. હું સર્વજ્ઞ નથી, છતાં વૈદક વિષયનો અનુભવી તો છું જ.

એમ તો એક ભાષાએ કસ્તુરી માટે પૂછેલું અને મેં લખી નાંખેલું કે કસ્તુરીનાં ઝાડ થતાં નથી પણ એ પ્રાણીજ ઔષધ છે. જુનાગઢના એક વયોવૃદ્ધ વિદ્વાન અને વિજ્ઞાનમાં રસ ધરાવનાર નાગર ગૃહસ્થ શ્રી. પુંગભાઈ જાદવરાય વસાવડાએ તે વાંચ્યા પછી ‘અહુરૂપી’ના તંત્રી મારફત મારી ભૂલ બતાવેલી. તે હું સ્વીકારું છું. કારણ કે કસ્તુરી વનસ્પતિ પણ છે અને તેને લતાકસ્તુરી કહેવામાં આવે છે. તેનો ગુણ કસ્તુરીને મળતો છે અને ખુશબો પણ મળતી જ છે. તેના છોડ પર બીંડા જેવાં ફળમાં ખીયાં થાય છે. તે આવવાથી કસ્તુરીની ફેરમ આવે છે. માત્ર પ્રાણીજ કસ્તુરી કરતાં તેનું પ્રમાણ અને ક્ષણ જોઈએ અને ગુણ ઓછો હોય છે. છતાં કસ્તુરીનાં ઝાડ થાય છે, એમ જરૂર કહી શકાય. એ બાબત અગાઉ મારા સ્મરણ અહાર રહેલી તે હું સ્વીકારું છું.

જુઓ, હું તમને જવાબ આપું છું ત્યાં આ વાત વચ્ચે લાવી મેં વિષયાંતર કર્યો ગણાય. પણ મારો સ્વભાવ જ ‘દાળ ભેગું ઢોકળું’ ઓડવવાનો છે. એટલે મારી રીતે હું લખું છું. રોટલી દાળ હમેશાં જમનારને આ દાળ ઢોકળી પસંદ પડે છે. જમનાર જમે.

છે અને હું પીરસે રાખું છું. એ વિષયાંતરને પણ આપ એક મૌલિકતાની કૃતિ કેમ નથી માની લેતા ? આવા વિષયાંતર મારાથી થતા જ રહેવાના. કારણ કે એ હું જાણીને જ કરું છું. એટલે વિષયાંતર થઈ જતા નથી, પણ હું જ કરું છું.

ત્રીજું મારા નિસાસા અને બિરદાવવું—અર્થસૂચક હોય છે, એ આપ પણ સારી રીતે સમજતાં હશે. એક અધોગતિ તરફ જનાર યુવક કે યુવતીનાં કૃત્યો માટે મારાથી નિસાસો સહેજે નંખાઈ જાય છે, અને તેની સાથે મારા હૃદયમાં રહેલી લાગણી હું વ્યક્ત કરું છું કે વિપથમાર્ગે જતા પ્રાણી ! આ કાર્ય તારે માટે દુઃખદ છે. એ તને અધોમાર્ગે લઈ જનાર છે. એ માર્ગને હું સમજું છું કે તે કેટલો વિકરાળ અને ભયાવહ છે. ત્યાં જઈ દુઃખમાં રીયાતા અનેક પામરની કારમી કીકીયારીઓ રોજ-બ-રોજ કાને આવતી હું સાંભળું છું અને તેથી નિસાસો આવી જાય છે. બાળક બારીએ ઉભું હોય, વડીલ રૂમમાં હોય, અચાનક બારીએથી જમીન ઉપર ન્યારે બાળક પટકાઈ પડે ત્યારે એ જોનાર વડીલ વિવેક સાચવી નથી શકતો, પણ ચીચીયારી પાડી ઉઠે છે. કારણ કે બાળક પોતાનું છે અને તે પડી ગયું એ માટે.

સત્કાર્ય કરનારને—સીધે રસ્તે જનારને શાબાસી આપવી જ જોઈએ. એ પણ જગતની રીત છે. કાલેજમાં પાસ થયા પછી એકાદ પુંછડું વળગાડવામાં આવે છે તે પણ પ્રશંસા તો છે જ ને ? બલે એનું રૂપ નિરાળું હશે.

હવે આપના પ્રશ્નોનો ઉત્તર આપું :

પહેલો પ્રશ્ન સહશિક્ષણને લગતો છે. આપ આપનાં બાવી પત્ની સાથે શિક્ષણ લઈ રહ્યા છો. હવે લગ્ન થવાનાં છે, પરંતુ ચાહો છો કે લગ્ન મોડાં થાય. અત્યારના જીવનમાં પણ શરીરસ્પર્શથી તમે દૂર રહો છો અને લગ્ન પછી જાતીયજીવન સંબંધે પૂછો છો.

બન્નેમાં સંપૂર્ણ મનોબળ હોય, હૃદયથી એકબીજાથી દૂર ન હોય, પરંતુ શરીરને સંબંધમાં ન આવવા દેવું એ વધારે ઇચ્છનીય

છે. શરીરના સ્પર્શે કેટલીક વખત મનની અંદર રહેલી આદર્શ ભાવનાઓને પાંગળી બનાવી આપી છે અને તેથી વિદ્યુત સતેજ બની જાય છે. તમારા જેવા મનોબળ કેળવેલાં યુવક યુવતીઓ સહશિક્ષણ લેતાં હોય છે તો બિગ્રાડાનો ઓછો સંભવ રહે છે. પરંતુ યુવાનીના સમયમાં સાથે રહીને મન ઉપર આવી જતનો કાબૂ રાખનાર યુવાનો ઘણા ઓછો નિકળે અને એથી જ યુવક અને યુવતી સાથે શિક્ષણ લે તે સામાન્ય રીતે ઠીક નથી લાગતું.

ખીજા પ્રશ્નનો ભાવાર્થ એ છે કે સંજોગવશાત લગ્ન થઇ જાય તો પછી લગ્નની મધુરજની (જાતીય સંબંધ) સાધવી જ જોઇએ શું ? આપણા સમાજનો નિયમ તો એવો જ છે. અને જૂનો સમાજ લગ્નની પહેલી રાત્રિથી જ પતિ-પત્નીને એકાંત આપે છે. છતાં કાંઇ ઉદ્દેશની ભાવનાવાળાં દંપતી જાતીય સંબંધ ન ભોગવે તો એથી કાંઇ અપરાધ થતો નથી. પરંતુ એક બાબત લક્ષ ઉપર જરૂર હોવી જોઇએ કે સામું પાત્ર પોતાની સાથે વિચારમાં સહમત છે, તે પોતાના સાચા દિલથી છે કે કેવળ પતિના દિલની આડે નહિ આવવા માટે પ્રયત્ન કરે છે.

નહિ તો આવા હડાગ્રહો દિલની નજીકતાને દૂર મૂકી દે છે અને ધીમે ધીમે તેમાંથી અસંતોષ તથા ઉદાસીનતા રૂપી રૂજો પેદા થાય છે. સાચા દિલની પરીક્ષા પૂછવાથી નથી માપી શકાતી. અમુક ક્રિયા-માંની માદકતા જ તેનું માપ કાઢી શકે છે. તમારા જેવા બુદ્ધિમાન આ માપ ન ભૂલે તો સાચું. તમારાં ભાવી પત્નીને પણ આ પ્રશ્નોત્તર વંચાવો અને તેમને નિખાલસ અંતરનો અભિપ્રાય માગો.

ત્રીજો પ્રશ્ન છે છોકરીઓમાં આર્તવ દેખાવાનો સમય અને તેના નિયમપાલનનો. આપણી આબોહવા પ્રમાણે તો ૧૩ અને ૧૫ વર્ષના ગાળામાં છોકરીઓ ઋતુમતી થાય છે જ. અમુક રોગો અથવા શરીરની અપૂર્ણ ખીલાવટ રૂપી અપવાદને બાદ કરીએ તો ૫૬ વર્ષ વીતાવેલી કાંઇક છોકરી જ ઋતુમતી નહિ થતી હોય. છતાં આપ

કહો છો કે કાલેજમાં આવતી યુવાન કન્યાઓ મહિને મહિને જે ઋતુમતી થતી હોય તો પછી એ શા માટે ગેરહાજર નથી રહેતી?

સોળ, સતર કે વીશ વરસની કન્યા અભ્યાસ કરતી હોય એટલે એને કાળધર્મ કાંઈ થોડો જ છોડી દે છે? માફ તો માનવું છે કે આવી કન્યાઓ કદાચ વહેલી ઋતુમતી થાય છે. પરંતુ માસિક ધર્મના નિયમો એ પાળતી નથી, એટલે કે આપણી આર્ય નીતિ-રીતિની એને બહુ પરવા નથી. માત્ર એ ઋતુમતી હોવાનાં બહારનાં ચિહ્નોને નરી આંખે જણાવા નથી દેતી. એટલી આવડત એને પુરતી છે. આજે તો ચૂંટીઓ અને લંગોટની અવનવી રીતો એના શરીર-ધર્મને છુપાવવાનાં સરસ સાધનો છે. અને ઋતુમતીને અડકવાથી અલડાવાની બીક તો અસ્પૃશ્યતાનિવારણ યજ્ઞની સાથે વહેલી બળીને ખાખ થઈ ગઈ છે. છતાંયે આયુર્વેદના ઋતુમતીના ધર્મને ઉવેખીને આ કન્યાઓ સુખી થતી હોય એમ નથી જોયું. શરીરધર્મ એવો ડરપોક નથી કે કાલેજની કન્યાથી ડરીને શરીર ઉપર પોતાને જે અસર નિપજાવવી હોય તેને બંધ રાખે!

*

(૧૭૩) ઇન્દુમતી એન-અમદાવાદ

પત્ર મળ્યો, બહેન ! તમારાં આંસુ હું લુછી શકું એમ તમને લાગે છે તો મારે લુછવાં જ જોઈએ, જગદંબે !

‘બહુરૂપી’ના અગાઉનાં સરસ્વતી બહેન જેવો જ તમારો પ્રશ્ન છે ના ! પતિની નપુંસક હાલત તમારા દિલને દર્દ કરી રહી છે. તે દુઃખ ન સહેવાય, ન કહેવાય તેવું જ છે.

તે માટે સરસ્વતી બહેનને એમના પતિ માટે પ્રથમ શીતવીર્ય દવાઓ અને પછી કામોત્તેજક દવાઓ બતાવેલી તે પ્રમાણે બતાવો. એ દવાઓ મારે ત્યાં દર્દીને માટે વપરાય છે. હું જે જે પ્રમેજો

ખતાવું છું તે મારે ત્યાં વપરાયેલા અને અનુભવે સિદ્ધ નીવડેલા હોય છે. તેની કીમત વગેરે માટે સીધો પત્ર-વહેવાર કરવો જોઈએ, બહેન.

બીજું આપના બાલની ફરિયાદ છે. હરેક સ્ત્રીઓનાં બાલની લાંબાઈ એક સરખી નથી હોતી. શરીરની જાતિયતા અને એની સાચી માવજત બાલને લાંબા, કામળ અને કાળાશવાળા રાખી શકે. એ માટે 'પુત્રદા' ને પારણુંમાં બાલનો વિષય ખૂબ છુટથી ચર્ચ્યો છે અને ઉપાયો પણ બહુ મળના બતાવ્યા છે તે આપ વાંચી લેશો.

*

(૧૭૪) ભરૂચના એક ભાઈ

એક છોકરો બાર વરસનો છે. તેને ગ્યાસલેટ સુંઘવાની ટેવ પડી ગયાનું જણાવે છે. એની એ ટેવ કહો કે વ્યસન, એટલું બધું સખત બની ગયું છે કે છોકરો ચોરીફૂપીથી પણ ગ્યાસલેટ સુંઘે છે. ઘરમાં ગ્યાસલેટ તાળામાં રાખવામાં આવે છે તો પાડોશીઓને ત્યાં જઈને પણ સુંઘે છે. ત્યાં નહિ મળતાં ઘેર ઘેર તપાસ કરીને ગ્યાસલેટની શોધ કરીને પણ પોતાની તૃપ્તિ પૂરી કરે છે. છેવટે છુટક વેચતા ગ્યાસલેટના વેપારીને ત્યાં પણ પહોંચી જાય છે અને પોતાની ઇચ્છાને પૂરી કરે છે. હવે તો એની આંખો પણ લાલ રહેવા લાગી છે અને મગજની અશાંતિ જણાય છે, છતાં તે ગ્યાસલેટ છોડતો નથી.

માનવીઓના સ્વભાવની આ ખૂબી છે. ચિત્ત અને ઇન્દ્રિયોને એક રસ્તે વહેતી મૂક્યા પછી એની અંદર એ કેટલો મસ્ત બને છે ?

પ્રથમ તો આ છોકરાને ગ્યાસલેટ ઉપર કેમ દિલ્લગી થઈ ગઈ એ પણ એક વિચારવા જેવી બાબત છે. એમ તો હું એક અપ્રીણના વેપારીને ઓળખું છું. એ ઘણાં વર્ષથી અપ્રીણના ઇમ્પોર્ટર હતા. પ્રથમ તો તેઓ પોતાને ત્યાં આવતું અપ્રીણ સાફ નરસું

એવા માટે સુંઘવા લાગ્યા. રાજનો એમનો વેપાર, એટલે જ્યારે અશીણુ તોળી આપે ત્યારે એ સુંઘે, હેવટે અશીણુ પકડેલી આંગળીઓ સુંઘે અને એમ કરતાં એમને અશીણુ સુંઘવાનું વ્યસન થઇ પડ્યું. દહાડામાં દશ બાર વખત કે એથી પણ વધુ વખત અશીણુ સુંઘે ત્યારે જ એમના દિલને શાંતિ મળે. પછી તો એક સમય એવો આવ્યો કે એમનો ઇન્નરો ચાલ્યો ગયો અને એમને કાપડનો ધધો કરવાનો થયો. પણ એમનું અશીણુ સુંઘવાનું વ્યસન ન છુટ્યું. બિચારા એ આનીબારની ગોળી એક ડબીમાં રાખે અને જ્યારે એમને સુંઘવાની તલપ જાગે ત્યારે એ ડબીમાં છુપાવેલ અશીણુરૂપી સાપને બહાર કાઢી નાક ઉપર ધરી લે. આમ કેટલાય વરસ એમનું ચાલ્યું અને એ દેવલોકમાં પધાર્યા ! એમની માંદગી વખતે પણ એ અશીણુની મૂર્તિને પથારીમાં જ રાખતા ! એમનું જ્યાં હશે ત્યાં શું થશે ? એમની પાછળ સજ્જમાં એ અશીણુની ડબી મૂકી હોય તો સાફ કે તેમને પરલોકમાં તકલીફ ન પડે !

આ બાળકને પણ એવી કોઇ ધન્ય પળે આસલેટની બદબો કે ખુશબો પ્યારી થઇ પડી અને પછી એણે ધાણેન્દ્રિયને પોષી. પછી તો એ એક વ્યસન થયું ને આગળ ચાલ્યું. હવે તો એ જીવ સાટે આસલેટ જ પસંદ કરવાનો. એને માટે તો પૂરતી તકેદારી રાખવી જોઇએ અને ગાયનું ઘી તો. ૧૦, જીંઘનાં પાતરાં તો. ૨૫, સુખડનું તેલ ટીપાં ૧૦૦. પ્રથમ ગાયના ઘીમાં જીંઘનાં પાતરાં નાંખી, ગરમ કરી પાંતરાં લાલ થાય એટલે નીચે ઉતારી તેમાં સુખડનું તેલ મેળવી દરરોજ સવાર સાંજ સુવારીને બંને ટીપાં નાકમાં મૂકે, બે મહિના બરાબર કાળજી રાખે અને આસલેટ પાસે ન જવા દે. ઘરમાં આસલેટના દીવાને બદલે એરંડીયાના દીવા ચાલુ કરે તો એનું વ્યસન છુટી જશે, મગજ અને આંખો ઉપર થયેલી અસર નાબૂદ થશે. બદામનો શીરો દરરોજ પાંચ તોલા ખાવા આપવો જોઇએ.

(૧૭૫) એક બાળકના પિતા—વઢવાણ

ચીર વરસનો બાળક ચાલવા શીખેલો, પરંતુ બે મહિના પહેલાં તાવ આવેલો ત્યારથી ચાલવું બંધ કરી દીધું, પગ જ નથી માંડતો. તેનો ઉપાય પૂછો છો. વારૂ બાળકને તાવ પછી અથવા તાવમાં જ એક પ્રકારનો મંદ લકવા થઈ જતા પામ્યો છે અને સાધારણ પગ જૂઠા થયા છે. પણ એથી ગભરાવાની કોઈ જરૂર નથી. આવા ધણું બાળકોના કેસ મેં જોયા છે અને તે સારા પણ થઈ જાય છે. નીચેનો ઉપાય કરો : આહન તો. ૨ા, ચોપચીની તો. ૨ા, રાસ્ના તો. ૨ા.

આ ત્રણે વસ્તુને ખાંડી નાંખી દરરોજ સવારમાં તેમાંથી પાવ-લીભાર લઈને અઢી રૂપીઆભાર દુધમાં ઉકાળી ખીર જેવું બનાવી પાષ ધો. આ ખીર કરતી વખતે તેમાં બેઆની ભાર આદુનો આખો કકડો નાંખો તો વધુ ગુણકારી થશે. માત્ર એ ઉકળીને તૈયાર થાય એટલે આદુનો કકડો તેમાંથી કાઢી લઈને પછી ખીર પાચો.

સાંજે લઘુ ચોગરાજ ગુગળની ૧ ગોળી એરંડાના મૂળના ધસારા સાથે પાષ ધો.

પગ ઉપર અને કેડ ઉપર ઘેટીનું ધી તો. ૧૦, કેન્યુપુટી તેલ તો. ૧, માલકાંકણી તેલ તો. ૧.

ત્રણે મેળવી દરરોજ ધીમા હાથે ધસો. આખા પગ ઉપર અને કેડના પાછળના તથા સાંધાના ભાગ ઉપર ધસો. દર ત્રીજે દિવસે અરધા ભાર એરંડીયું તેલ ગંઠોડાના ઉકાળા સાથે આપો, બરાબર એક મહિનો કરો. છોકરો ચાલવા લાગશે. તેને લાડ કરીને ગાંડીયા અને પેડા કે ચેવડો ખવરાવશો નહિ, ભાષ !

*

(૧૭૬) સ્ટુડન્ટ—મુંબઈ

અપનો પત્ર મળ્યો. આપ મારો આભાર માનો છો, પણ હું તો તમને ઠીક નહિ લખું. કારણ કે તમારા મિત્રના નામે તમે પોતાની જ હકીકત લખી રહ્યા છો, એટલું તો લાખો માણસોના સંપર્કમાં આવી ગયા પછી મને જે માનસશાસ્ત્રનો અભ્યાસ થયો છે, એથી હું કહી શકું છું.

કુટેવ તો માણસ છોડવા ધારે તો છુટે. ઇશ્વર કે હું ગમે તેવી મહેર કરીએ તો પણ એથી કાંઈ કુટેવ છુટતી નથી. બિરાદર ! કુટેવથી નીપજતાં લયંકર પરિણામો, ધટી જતી માણસાઈ, આવી જતું નપુંસકપણું અને પરિણામે ઉપજતો ક્ષય—આવું જાણવા છતાં પણ નિર્જાળ માનસના માણસો દીવો લઈ કુટે પડવા જાય તેને શું કહેવું ?

પ્રથમ તો એ કુટેવ છોડી દો. સાથે લખવા પ્રમાણે છ સાત વખતની ચક્રા અને બીડીઓ પણ છોડો. સાત્ત્વિક, તેલ મરચા વગરનો, હળવો અને ઓછો આહાર કરો. એકાંતમાં બિલકુલ ન રહો તો કુટેવ છુટી જાય છે. કુટેવમાં મચી રહી સ્વાનના મૃત્યુએ મરવા કરતાં મનુષ્ય જેવા ઉચ્ચ અવતારને સમજી લઈ, જ્યાંમદ્દે બનવું જોઈએ. ભારતના ભાગ્યવિધાતાઓ જ્યારે આવા કુહડે ચઢીને શારીરિક સંપત્તિનો વિનાશ કરશે ત્યારે દેશ કેમ સ્વતંત્ર બનશે ? તમારી સામે જેવામાં આવના પહેલવાન જેવા શરીરધારીઓ, સમર્થ બુદ્ધિમાનો અને વિદ્વાનો એટલા બધા શા માટે તેજસ્વી જણાય છે કે તેઓ વીર્યવાન હોવાથી. ત્યારે તમે પણ વીર્યની રક્ષા કરો અને દેશમાં રત્નની માફક ઝગકો. પામરતાભર્યા ક્ષણિક સુખની ખાતર જીંદગી શા માટે બરબાદ કરીને બરેલ બંદૂકની નળી છાતી સામે રાખી થોડો પાડતા હશો ?

ઉપાય તો ઘણા છે, પરંતુ હાથીના સ્નાનની માફક એક તરફ કુટેવ અને બીજી તરફ ઉપાય કાંઈ કામ કરતા નથી. સંવચ, નિયમ,

શુભ વિચાર, સદાચાર, ઉત્તમ રહેણીકરણી અને મન ઉપર કાબુ તથા નિર્વ્યસનીપણું એ જ સારા વિચારો સૂઝડનાર અને સન્માર્ગે લઇ જનાર છે. માટે ચેતો, નહિ તો તમારા માટે એવા દુઃખના કુંગરો ખડકાય છે કે તે ઓળંગવા પણ દોહલા બનશે !

*

(૧૭૭) લલિતાબેન—મુંબઈ

પત્ર મળ્યો, દેવી ! આપનો પ્રશ્ન સીનેમા-નિરીક્ષણ બાબતનો છે. તમે લખો છો કે સીનેમા જોવું સાફ નથી શું ? એથી આંખોને અમુક પ્રકારનું નુકશાન થતું હશે. એ સિવાય તેમાં જાણુવા સમજવાનું ધણું હોય છે. તો શા માટે સીનેમા જોવા ન જવું ? આ તમારા પત્રનો ભાવાર્થ છે અને મારી સલાહ માગો છો : વાફ, સીનેમા જોવું કેતને ન ગમે ? થોડાક ધર્મભીરૂ માનવીઓ અને જૂના જમાનાના વૃદ્ધો કે જેમના જન્મ પછી સીનેમાનો જન્મ થયો છે તથા ન્હાનાં ગામડામાં રહેતાં માનવીઓને બાદ કરીએ તો ઓછાવધતા પ્રમાણમાં હરેક સ્ત્રી પુરૂષ સગવડ હોય તો સીનેમા જોવા જાય છે. અને કેટલાક સીનેમારસિકો એવા પણ પડ્યા છે કે સીનેમા જોવા જવાનું થતાં આંખલી જોઈને જેમ મોઢામાં પાણી છુટે તેમ તેમને રસના ધુટડા આગળથી જ ધુટાવા લાગે છે. પછી તો તે બોલપટોમાં ક્યા રસાસ્વાદને ઉડાવે છે, ક્યા આદર્શને ગ્રહણ કરે છે, એ તો જોનારનો અંતરાત્મા જાણી શકે.

દુનિયાનાં હરેક દશ્યમાન પદાર્થ-પ્રાણીમાં જેમ શુણુ છે, તેમ દુર્ગુણુ પણ છે. ભમરો અને ગીંગો એ એક જ પ્રકારનાં લગભગ મળતાં આવતાં પ્રાણીઓ છે. બન્નેને પાંખો છે, ઉડી શકે છે, ગણુગણુટ પણ કરે છે. બન્નેની નાસિકા-ઘ્રાણુન્દ્રિય સતેજ છે. પરંતુ એકને ગમે છે શુદ્ધાન્ન-ચંપો ને કમળની પુશ્પો લેવાનું. બીજને ગમે છે છાણની ગોળીઓ વાળીને રમવાનું. એ એમનો સ્વભાવ છે.

એવી જ રીતે માનવીઓ પણ નજરથી જોઈને, કાને સાંભળીને પોતાની રૂચી, સ્વભાવ, અને પ્રકૃતિ પ્રમાણે ઉઠાવ કરી શકે છે. એ પછી સીનેમા હોય, કે નજર સામેની દૃશ્યમાન સૃષ્ટિ હોય, કિંવા કોઈ અંધ હોય.

એક સરસ દૃષ્ટાંત આપું : પાંચેક દાયકા પહેલાંની કદાચ આ વાર્તા હશે. જ્યારે શાસ્ત્રો અને પુરાણો ઉપર લોકોને ઠીક ઠીક શ્રદ્ધા હતી. વરસમાં એકાદ ધર્મનો શ્રાવણ કે અધિક માસ હોય ત્યારે બ્રાહ્મણ પાસે કથા સાંભળવા માનવીઓ જતાં. એ સમયે એક પુરાણવેત્તા બ્રાહ્મણ અધિક માસની કથા કરવા માટે પુસ્તકો સાથે લઈ એકાદ ગામમાં કથા વાંચવા અને એ નિમિત્તે ઇશ્વરધર્મથી કાંઈક મળી જાય તો નિર્વાહ પણ થાય એમ સમજીને નીકળેલો. પાંચ પંદર ગામ ફરવા છતાં ક્યાંય કોઈએ સત્કાર ન કર્યો અને ખેસવાની જમ્યા પણ એવી ન મળી. અધિક માસ ખેસવાની માત્ર એક દિવસની વાર હતી તે વખતે એક ગામમાં આવી ચઢ્યો. એ ગામમાં ખેસતાં પહેલાં તળાવ ઉપર સ્નાનવિધિથી પરવારી લેવા તળાવ ઉપર આવીને ઉતારો કર્યો. ત્યાં એ જ ગામના આગેવાન પટેલ પણ સ્નાન કરવા આવી ચઢ્યા. તળાવ ઉપર પટેલ અને પંડિતનો ભેટો થઈ ગયો. પટેલ બોલ્યા : ‘મારંજા! પાચે લાગું.’

‘કલ્યાણ. સુખી રહો, ભાઈ !’

‘ક્યાંથી આવ્યા, બાપજી ?’

‘બહુ દુરથી આવું છું, ભાઈ ! અધિક માસ ખેસે છે એટલે ધારેલું કે ક્યાંક કથાનો પાટલો થશે અને ઇશ્વરધર્મએ એ નિમિત્તે પ્રાપ્તિ થશે, જેથી બાળકોને પોષણ પણ મળશે. પરંતુ પંદર દિવસથી ફરીને થાક્યો, છતાં ક્યાંય જોગ ન ખાધો. છેવટે આ એક ગામ આપી હતું. તપાસ કરવા આવ્યો છું. જો બનશે તો બહી અંધ, નહીંતર હરિધર્મ.’ પંડીતે હકીકત જણાવી.

‘વાહ, મારાજ! એ બહુ મજાનું. હું એ વિચારમાં જ હતો કે હું ચોરે વંચાતી કથા સાંભળી આવું છું. પણ જો કાક ઘેર વાંચનાર મળે તો ઓણસાલ વિચાર છે કે ધરનાં માણસ બધાંય સાંભળે. પણ બાપજી! તમને એક મહિનામાં કેટલી દખલા મળે તો ઠીક?’

‘અરે બાપલા! એમાં કંઈ અમારું બાંધેલું થોડું જ છે? હરિ દેયામાં વસે ને જે આપશે તેથી મને સંતોષ છે.’

‘હાલો તંછ, મારાજ! મારે ઘેર અને વાંચો કથા.’

પટેલ ને પંડિત ઘેર પહોંચ્યા. પટેલ પણ ભાવ્યશાળી હતા. પૂરા પાંચ દીકરા, ધરનું માણસ અને મોટા દીકરાની વહુ. ધરમાં લીલા હોર અને પરમેશ્વરની મહેર હતી. પંડિતનો મુકામ ડેલીમાં કરાવ્યો અને અધિક માસના એસતા દિવસે પંડિતે પોથી છોડી, પટલાણીએ પૂજા કરી અને ધરનાં બધાં કથા સાંભળવા બેઠાં.

પંડિતે શરૂઆત કરતાં પહેલાં પૂછ્યું: ‘કહો પટેલ, કથા કોની શરૂ કરવી છે? મારી પાસે તો ભાગવત, રામાયણ, અધ્યાત્મ રામાયણ, શિવપુરાણ, ભગવતી ભાગવત અને ઉપનિષદ પણ છે, તેમ જ મહાભારત પણ છે. તમને જે ગ્રંથ સાંભળવાની ઇચ્છા હોય તે વાંચીએ.’

‘બાપા! એમ જ કરો ને, નકરા જ્ઞાનના રસ વિનાના ગોટલા અમને ગળે નહિ ઉતરે. માટે અમે સમજીએ એવું હોય, થોડુંક ભગવાનનું ય આવતું હોય અને થોડુંક ભગતનું પણ આવતું હોય. કંઈક ભગવાન ને ભગત બાઝતાએ હોય, અને કંઈક ભગત ભગવાનને છેતરતો ય હોય, એવું વાંચો તો મજા પડશે. નીકર આ મારી ધરવાળી જ પેલાં બેઠાં ખાશે.’ પટેલે ખુલાસો કર્યો.

‘એ...સ્યો, જો મારે જ વાંક પેલો કાઢ્યો. પણ પોતાની વાત તો જાણે કાંઈ જાણતું નથી! આ પોર કથા સાંભળવા ગીયા ને રામાયણ સાંભળીને આવ્યા, તારે મારા મોઢે કીધું: ‘એલી સાંભળે છે કે? એલી સીતાનું હરણ થઈ ગયું, તે ઇમાંથી માણહ થાશે કે

હરણુનું હરણુ રેશે ?' તારે આપણા ધમાએ કીધું : 'એ આપા ! ઇ સીતાનું હરણુ થીયું એટલે વગડામાં હરણીમાં રે'છે એ જનાવર નંઈ, ઇ તો રાવણુ ઉપાડી ગીયો એટલે હરણુ થીયું કે'વાય !' એટલું તો તમે કથામાં સમજો છો, ને વળી મને ઝોકાં ખાવાનું કીયો છો !' પટલાણીએ પટલની અક્કલનું પ્રદર્શન કર્યું.

'હા ભાઈ હા. જૂલ્યો મારાજ ! જે તમને ઠીક લાગે તે વાંચો. મને તો એમ છે કે તમે ઝોલ્યું 'વૈશમપાયે ઋષી આણી પેરે ઝોલ્યા ને સુણુ જનમેજય રાય' વાળું ભારત વાંચો તો ઠીક પડે.'

'હા, આપા ! મને ક્યારનું યાદ હતું કે ઇ ભારત બહુ મજાનું છે. ઇમાં તો કંઈ ભીમના ઝપાટા ! એક ગદા મારે ને સો પાડે ! અને કુંભારના કેઠીના ચણ્યા તો ભીમ નારતામાં જ છુકડાવી જાય ! વળી શંકરનું વરદાન એવું કે ભીમ ખાય ને ઝાડે જાય મામો શકુની !' પટેલના વડા પુત્રે પોતાનો મત આપ્યો.

'ઠીક, ત્યારે પટેલ ! વલ્લભરામનું રચેલું મહાભારત વાંચું. એમાં તમને સમજ પડશે ને મજાએ આવશે. છે તો પ્રાકૃત પણ તેમાં વલ્લભરામે હાર્ય, કણ્ણ, અને વીર રસની ઝમક ઠીક આણી છે.'

અને પંડિતે કથા શરૂ કરી. દરરોજ ધરનાં આઠે માણસો કામ-કાજથી પરવારી કથા સાંભળવા બેસે. પંડિત પણ જગતના રંગથી રંગાયેલા તે ઢીંચણીયાભેર થઈને એવી તો કથા કહે કે સાંભળનારનાં હૈયાનાં તાળાં ઉઘડે અને કાનના પડદા ધડક કરતાને તુટી જાય.

અધિક માસ પૂરો થયો, મહાભારત પણ પુરું થયું એટલે એકાવન રૂપીઆ રોકડા અને એક જોટો લુગડાં પોથી પર મૂક્યાં, પાધડીનો છેડો અંતરવાસ નાંખીને પટેલ પટલાણી સન્નેડે પગે લાગ્યાં ને કથાની સમાપ્તિ થઈ, પ્રસાદ વેંચી નાંખ્યો, બધાં વચ્ચે બેઠાં છે ને પટેલ ઝોચ્યા :

'બોલો ધરમશીભાઈ ! આ ધણા દિની ઇચ્છા હતી કે ધરનાં બધાં માણસ સાંભળે એવું કાંઈક થાય તો સારું, પરંતુ એ ઇચ્છા પૂરી કીધી.

પણ તમે પાંચે લાઇએ અને આ વહુએ પૂરું ભારત સાંભળ્યું, તેમાં તમે સમજ્યા શું એ કહો. તે સાંભળીને મા'રાજ રાજ થાશે અને આરોય આત્મે ઠરશે.’

‘ ભલે બાપા ! આ હું તો સમજ્યો છું એટલું કે કૌરવ ને પાંડવ એટલું એટલું બાજ્યા, દુઃખ પણ કંઈ થોડું નથી પડ્યું. તો ય ધરમરાજ કંઈ પણ જીતું ના બોલ્યા. એટલે આપણે જો જીતું ન બોલીએ તો પણ આપણું કામ પરજુ પાર ઉતારવાનો છે. આપણું ધાર્યું કંઈ થાતું નથી. ’

‘ અરજણ—દીકરા ! તમે કહો. ’

‘ બાપા, હું તો સમજ્યો છું કે વેવારે બાઝવું હોય તો સગો બાપ આવે કે લાઇ આવે તો ય શરમ નો રાખવી. જીએને, અરજીન દાડે લિખિપિતામહને બાણ મારતો અને રાતે આકરી કરવા જતો. વેવારે વસમું લાગે તો ભલે લાગે. ’

‘ ભીમજીલાઇ તમે કહો. ’

‘ અમે તો એવું સમજ્યા છીએ કે પેલો મારે એ કદિ ન હારે. એટલે આવતી કાલથી આપણે તો પેલી લાત ને પછી વાત. આ ધમો ને અરજણ આડા હાલે કે ફડફડ દધને ન્યાં આવે ત્યાં દધ પાડવા, એટલે સીદા સડાક ! ’ ભીમજીએ કહ્યું.

‘ સગરામ, તમે શું સમજ્યા ? ’

‘ હું તે સમજેલો જ હતો પણ મારી સમજણમાં વધારો થીયો. આ ધરમો એક દિ સાંતી જેડીને જતો’તો ને સામી રાંડીરાંડ મળી. મેં કીધું ‘ ધમાલાઇ ! રેવા ઘો, શકન સારા નથી. ’ પણ ધ માને એવા નહને ! ખેતરે ગયા ને જેહલું લાંગ્યું. લાઇ ધેર બીજું જેહલું લેવા આવ્યા એટલે બળદ ભડક્યા ને નાઠા તે દરબારના સપાઇએ ડાખમાં પુર્યા. કાંડાળા રૂપીઆ ચાર હંડ ભર્યા તારે બળદ ધેર આવ્યા, સાંતી રખડ્યું. શકન તો દીવો છે દીવો. આ આજે સવારે હું પાધર ઝાડે જતો’તો ને આડી બિલાડી ઉતરી એટલે મેં લોટા ઢોળા નાંખ્યો. ભલે ક્યાણો રઉં પણ અપશકને તો ઝાડે નો જ જઉં ! ’

‘ નકરાભાઈ ! તમે બોલી નાંખો, બેટા ! ’

‘ મારે બોલવા કરતાં કાલે ઓલો પાનાચંદ પૈસા લેવા આવશે એટલે ખબર પડશે. મેં તો એને તાંથી લુગડાં લઈને નાંખ્યાં છે શીવડાવા. આપણે તો બસ નવાં લુગડાં પેરીને ઠાઠમાઠથી ફરવું ને રોક મારવો. દઃખ શું કરવા વેઠવું ? કામ કરનાર તો મોટા ચાર બેઠા છે, એટલે લહેર ઉડાવવી બસ. ’

‘ ઠીક, રૂપાળી વહુ ! તમે કહો, દીકરા ! ’

‘ બધજી ! ઇ ધરપતી સતી કેવાણી પણ ધણી તો એને પાંચ હતા. એની સતીયું પાંચ ધણી રાખે તોય શાસતર ઇને સતીયું કીમે, તો પછી મારે સા સા ર દશ ધણી..... ’

‘ એ હાઉં હાઉં, આપુ ! વહુભા ! વધુ ના બોલશો. નીકર કાનના કીડા ખરી પડશે. તમે ભુંડી કરી, આપ ! બહુ ખોટું સમજ્યાં, માવડી ! મને શું ખબર કે તમે મહાભારતમાંથી આવું સમજી બેસશો ? ’ પટેલે નિસાસો નાંખ્યો.

લલિતાબહેન ! સીનેમારસિકો સીનેમા જોવા જાય છે, સીને-માની અંદર અનેક પ્રકારના હાવભાવ, સંગીત, કલા, સંવાદ, અભિનય અને દિવ્ય ડોહાવનારા વિવિધ વિષયો ભર્યા છે. તેમાં પ્રેમકિસ્સા અને રમુજી કહાણીઓ તથા હિંદી સંસ્કૃતિની સુગંધ પણ હોય છે, અને વિકારને બહેલાવે તેવાં નખરાં પણ છે. તે જોઈને, સાંભળીને, વિચારીને માણસ જાત ગ્રહણ કરવા જેટલું ગ્રહણ કરી અન્ય વસ્તુનો ત્યાગ હસના નીરક્ષીર ન્યાયે કરે તો સીનેમા જોવાથી કાંઈ ખાસ હાનિ નથી. પરંતુ આજનાં નખરાં મનનાં માનવીઓ, તેમાં પણ યુવક-યુવતીઓની વર્તણૂક માટે ખારીકાઈથી તલાસ કરે. આજે સીનેમા જોનાર યુવતીઓના પોશાક, લહેર, વાણીવિલાસ, હાલવા-ચાલવાની ઢગ ધીમે ધીમે સીનેમાનીઓ જેવી જાણે થતી જતી હોય તેવું જોવામાં આવે છે.

એક રૂપલાવણ્યવતી સીનેમાની સુપ્રસિદ્ધ નટીને હું બાળખું
 છું. વર્ષો થયાં એ મારા પ્રત્યે પૂજ્યભાવ સેવે છે. પુત્રી પ્રત્યેના
 વાત્સલ્યભાવે તેના જીવનમાર્ગને હું બતાવું છું અને પવિત્ર જીવન
 જીવવા એ તનમનથી પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ એની ટપાલની પેટી એના
 મગજના ટુકડા અને લોહીનું પાણી કરી રહી છે. દરરોજની ટપાલમાં
 પાંચદશ યુવાનો અને પ્રૌઢો એની પાસે પ્રેમલિક્ષા માગવા, એના તન
 ઉપર સર્વસ્વ ન્યોચ્છાવર કરવા, ભગવાન પાસે ભક્ત જેમ પગમાં
 પડી કરગરતા હોય તેમ કાકલુદી કરતા યાચના કરી રહ્યા હોય છે.

એ બહેન જ્યારે જ્યારે મારી પાસે આવે છે ત્યારે તેના ઉપા-
 સ્થાનના પત્રો લાવી મને બતાવે છે. હમણાં જ એક ચાલીશ વર્ષના,
 બાળબચ્ચાંવાળા, સુખસમૃદ્ધિવાળા, વિષયાનંદ ભોગવવામાં સામે તીરે
 પહોંચી ચુકેલા આબરૂદાર ગૃહસ્થ તેમને લખે છે :

‘દેવી.....કુંભારી,

‘કોઈ ધન્ય પળે તારા દેદાર.....શ્રીલ્કમાં થયાં અને દિલ
 હરાયું. નથી સમજાતું ઉંડે ઉંડે પણ શું દર્દ થાય છે ? શહેરમાં
 ચાલેલી દશ અઠવાડિયાં એ શ્રીલ્કાએ એક રાત્રી પણ જોયા વગર નથી
 ચુક્યો. આકાશના તારલાની માફક રૂપેરી પડદા ઉપર તું ચમકે છે
 અને માફક હૃદય નાચી ઉઠે છે. તું ચાલી જાય છે અને
 હૃદય ચીરાય છે.

‘એક રાત્રિ પણ મીઠી નિંદરથી નથી જતી. એ સ્વપ્નસૃષ્ટિ
 મને તો અનેરી જણાય છે. કારણ કે સ્વપ્નમાં તારા દેદાર છે, જાગૃતમાં
 વિયોગ છે. હવે તો ચિત્ત કોઈ પણ કામમાં નથી ચોંટતું અને મને
 ભય છે કે હું પાગલ બની જઈશ, માટે તન—મનમાં ભાન
 જુલેલા એક સાચા સેવક ઉપર મહેર નહિ કરે, સુંદરી ? મારો વૈભવ
 અને તન—મદન તારા ચરણે ધરવા તૈયાર છું. જવાબની વારીતરસ્યા
 આતકની જેમ ક્ષણ ક્ષણ પ્રતીક્ષા કરું છું, દેવી.....

‘તારો.....સેવક.’

..... ‘કુમારી,

‘તને સુંદરતા આપનાર કુદરતને હું ધિક્કારું છું. મારા મિત્રે દુરાગ્રહ કરી, સીનેમાની અંદર લઇ જઇ તારું નિરીક્ષણ કરાવ્યું, તેની પ્રત્યે પણ મને આજે તિરસ્કાર છુટે છે. મારું વર્ષ બગડ્યું અને બી. એ. માં હું નાપાસ થયો. બ્યારથી તને જોઇ ત્યારથી અભ્યાસ બૂલ્યો. વાંચવા એસું તો ખૂડાનાં પાને પાને બસ તું જ તું ! તને હડસેલવા પ્રયાસ કરીધા, નિષ્ક્રુણ ગયો. તારી પ્રતિમા સામે રાખી નફરતભરી વાણીથી એકાંતમાં તિરસ્કારી, પણ મલકાતી મુખડાવાળી તને તેથી શું ? બસ, હરદમ નજર સામે, રાત્રિભર સ્વપ્નામાં, કોલેજના ટેબલ પર, સાયન્સના વર્તલુમાં, ગણિતના દાખલાઓમાં, ભૂગોળના પહાડોમાં, ખગોળના આકાશમાં બસ તું.....હી.....તું...

‘લલે નાપાસ થયો, માતાપિતાથી નારાજ થયો, મિત્રોમાં હાસ્યાસ્પદ બન્યો. એ બધાની પાછળ ગુન્હેગારી તારી છે અને એના બદલા રૂપે માત્ર માગું છું. ‘પ્રેમભિક્ષા.’ રહેમ કર દેવી ! દર્દીબર્યા જીગરને મધુરી વાણીથી સાંત્વન આપીશ ને ?

‘તારો લાનભુદ્યો યાચક.’

આવી વિકૃતિઓ સિનેમા જોયા પછી થઇ રહી છે. સીનેમા નોટા ઉપર પણ આફ્રીન અનેલી યુવતીઓ આવી જ રીતે પત્રો પાઠવે છે અને એક ચુમી ભરાવવા ખાતર નોટોનાં બંડલ ટેબલ ઉપર ધરે છે. આ દશા સીનેમા જોયા પછીની છે. લલા સદ્ગુણશીખીઓ, વિચાર કરે કે આવી વિકૃતિઓ જો ચાલુ રહી તો આ ઉજળો વ્યભિચાર કેટલી હદે પહોંચશે ?

સદ્ગુણ આપે સિનેમા જોનારાઓને, અને સદ્ગુણ ઉપજે સીનેમા તારલાઓને !

(૧૭૮) ભરૂચથી ભાઈશ્રી ઠાકારલાલ છોટાલાલને
પત્ર મળ્યો છે. તે બીજા વાચકોના વિચારોનો પણ પડથો પાડનારો
હોઈ અહીં તેમનો આખો પત્ર આપું છું.

‘આપ જેવા લોકકલ્યાણ ઇચ્છનાર વૈધરાજને આ પત્ર લખતાં
મને ઘણો જ હર્ષ થાય છે. મારા પિતા તુલ્ય કાકા આપના માનીતા
‘બહુરૂપી’ના પાંચ-છ વર્ષથી ગ્રાહક છે. આથી ‘બહુરૂપી’ હું નિય-
મિત વાચું છું, આપ તરફથી પ્રસિદ્ધ થયેલ અને ‘બહુરૂપી’માં
લેખમાળા રૂપે જનતા સમક્ષ રજુ થયેલ ‘રૂપે વહેમાતા’ પ્રથમથી જ
મેં ખરીદી લીધું હતું.

‘પુત્રદા અને પારણું’ એ લેખમાળા હર્ષપૂર્વક દરેક અંકવાડીએ
હું નિયમિત વાંચું છું; એ માંહેની તમારી લેખનશૈલીને મારે
લાખો ધન્યવાદ આપવા બોધ્યો.

‘મને એક પ્રશ્ન ઘણો જ મુંઝવી રહ્યો છે કે આપ ‘પુત્રદા અને
પારણું’ એ લેખમાળા પૂર્ણ કર્યા પછી કેવી લેખમાળા શરૂ કરવાની
આશા રાખો છો? આ બાબત પુછાવવામાં થોડાઘણો કદાચ હું
ઉતાવળો હોઈશ, પણ જિજ્ઞાસા ખૂબ વધી પડવાથી જ પૂછાવું છું.
સાથે એક મારી નમ્ર વિનંતિ છે કે જો તમે લેખમાળા શરૂ કરવાના
હો તો એ લેખમાળા એવા પ્રકારની હોવી જોઈએ કે તેમાં જનનશાસ્ત્રની
બંને તેટલી વિસ્તૃત ચર્ચા હોવી જોઈએ. આજે ગુજરાતી સાહિત્યમાં
એને બિલકુલ સ્થાન નથી, હોય તો પણ નહિ જેવું જ. આથી મારી
એવી ઇચ્છા છે કે આજના યુવક વર્ગને-ખાસ કરીને મોટા ભાગને
હસ્તદોષ (Masturbation) ની તેમ જ બીજા કેટલીક શારીરિક
કુરોવોમાંથી છોડાવી શકાય. ‘પુત્રદા અને પારણું’માં મોટા ભાગે
સ્ત્રીઓની બાબતમાં આપે લખ્યું છે. એવી જ રીતે યુવક વર્ગ
માટે યુવક અને યુવતી-લેખમાળા રૂપે તમે લખો એમ હું ઇચ્છું છું.

‘મને પોતાને નાનપણથી જ જાતીયવિજ્ઞાનનું ડીકડીક જ્ઞાન મળ્યું
છે. મને રાતદિવસ ઘણી જ ચિંતા થાય છે કે આજના મોટા ભાગના

યુવાનોને પોતાની શક્તિનો ખોટી રીતે વ્યય કરતાં હું શી રીતે અટકાવી શકું? પણ નથી મારી આર્થિક સ્થિતિ સારી, કે નથી કોઈની મદદ કે પ્રેરણા. હું એ ચાર યુવાનોને એવી ટેવોમાંથી સુધારી શક્યો છું, પણ ન્યાં લાખો યુવાનો શારીરિક કુટેવોમાં કસાયા હોય ત્યાં એ ચાર યુવાનોનો શો હિસાબ? આથી આપ યુવાનોની શક્તિ વેડફાઈ જતી અટકે એમ કરો તો આપનો ધણો જ ઋણી થઈશ. ન્યાંસુધી યુવાનોની શક્તિ વેડફાઈ જતી અટકાવી શકાય નહિ, ત્યાંસુધી ભારતમાતાને ગુલામીરૂપી શૃંગલામાંથી છોડાવી નહિ શકાય. જે રાષ્ટ્રનો યુવક વર્ગ બળવાન તે જ રાષ્ટ્ર ખરૂં દોલતવાન છે. ’

ભાઈ શ્રી ઠાકોરલાલની માફક ખીજા કેટલાક વાચકો પણ ‘બહુરૂપી’ દ્વારા આ પ્રકારના સાહિત્યની મારી પાસેથી આશા રાખે છે. ‘પુત્રદા અને પારણું’ વાળી લેખમાળા હજી કેટલોક સમય ચાલવાની છે. તે પૂરી થયા પછી ખીજા કંઈ લેખમાળા શરૂ કરવી કે જે ‘બહુરૂપી’ના આબાલ-વૃદ્ધ સર્વ વાચકોને-બહેનો અને ભાઈઓ તમામને સાંગોપાંગ ઉપયોગી અને, એ વિષયની વિચારણા મારા અંતરમાં ચાલે જ છે. એક વૈદ્ય તરીકે આયુર્વેદના સહારાથી જગતનાં સર્વ માનવીઓનું આરોગ્ય પૂર્ણપણે જળવાય, તેઓ તન-મનના નીરોગી અને મજબૂત અને, તેમનું આખું જીવન સુખી થાય, એવું માર્ગદર્શન કરાવવું તે હું મારી ફરજ સમજું છું. મારામાં જેટલી શક્તિ છે, જે વિદ્યા મેં પ્રાપ્ત કરી છે, તેનો લાભ જેઓ લેવા ઇચ્છતા હોય તે દરેકને આપવાને હું તત્પર છું. મારી શક્તિ, જ્ઞાન આદિને મર્યાદા છે તે હું સમજું છું, છતાં મને એટલો સંતોષ થાય છે કે ‘બહુરૂપી’ દ્વારા પ્રસિદ્ધ થતી લેખમાળાઓ દ્વારા હું ભાઈ ઠાકોરલાલ જેવા અનેક સહૃદય વાચકોને આકર્ષી શક્યો છું, તેમનો પ્રેમ સંપાદન કરી શક્યો છું. એ માટે હું ખરો પાડ તો પરમ કૃપાળુ પરમાત્માનો તથા આયુર્વેદશાસ્ત્રના પ્રણેતાઓ અને મારા ગુરુદેવોનાં માનું છું. તેમની કૃપાથી જ ભવિષ્યમાં પણ હું ‘બહુરૂપી’ના સર્વ વાચકોને ઉપયોગી થાય એવું સાહિત્ય પીરસી શકીશ.

ભાષા શ્રી ઠાકોરલાલની સૂચના પણ વિચારણીય છે. સુરૂચી અને મર્યાદાનો ભંગ ન થાય એ રીતે જનતા સમક્ષ તેમણે સૂચવેલા વિષયની માહિતી હિતકારક અને ઉપયોગી બની શકે તેમ છે. અત્યારે એનો કશો નિર્ણય કરી શકતો નથી પરંતુ સર્વ વાચકોને ઉપયોગી, આવશ્યક અને તલસ્પર્શી અને તેવું આરોગ્યવિજ્ઞાનને લગતું સાહિત્ય પીરસવાની હું આશા રાખું છું. તેને પાર પાડનારો કિરતાર સમર્થ છે.

*

(૧૭૯) એક બીજા વાચક બંધુનો સુવંનપ્રથી પત્ર છે. તેમાં કાંઈક મારી પ્રશંસા થઈ જતી હોવા છતાં પણ તે અહીં આપું છું :

‘આપનો પત્ર મળ્યો. મેં મોકલાવેલ રૂ. ૨ની ટીકટો નહિ સ્વીકારતાં મારે ખાતે જમા કરી રાખ્યાનું જાણ્યું. પરંતુ બિલકુલ મફત આટલી બધી તસ્દી આપને આપવાનો મને શો હક્ક છે ? માટે કૃપા કરીને રૂ. ૨ સલાહથી ખાતે જમા કરી લ્યો તો વધારે સારું, છતાં કોઈ રીતે આપનું મન તેમ કરતાં ન માને તો જેવી આપશ્રીની ઇચ્છા થાય તેમ કરશો. આપની સલાહ અમૂલ્ય હોઈ તેની કીમત બે જ રૂપીઆમાં ગણવાની નથી. એટલે હાલ તે બાબત વધુ લખતો નથી.

‘બ્યાખ્યાનપીઠના માંચડા ઉપર ચડી, આજકાલ સેંકડો ભાષણ કરનારાઓ એવી છટાથી વાણીવિલાસ ફેંકે છે કે તે વખતે ઓતાજનો તેઓને ખરેખર ઉપકારક માને છે. પરંતુ વખતના વહેણ બાદ ઓતાઓને જણાય છે કે તેમની માન્યતા ખોટી હતી. કેમકે આવા બ્યાખ્યાનકારોમાંથી સેંકડે એક બે ટકા જ પોતાની વાણી મુજબ વર્તન કરનારા નીકળે છે. શરૂઆતમાં આપના લેખો વાંચતાં મને એવી જ શંકા-કુશંકાઓ થયેલી. પણ જેમ જેમ આપના નિબાલસ લેખ હું વાંચતો ગયો, તેમ તેમ આપની સજ્જનતા માટે મારો

સદ્ભાવ વધતો ગયો, અને મન સાથે નક્કી થયું કે હિન્દમાં આપના જેવા સો-અસો પાકે તો જરૂર મારા લાખો લાખો પોતાનું કલ્યાણ સાધી શકે. આપને પ્રભુકૃપાએ જે અમોઘ જ્ઞાન મળ્યું છે, તે જ્ઞાન જરી પણ દંભ કે ભેદ રાખ્યા વિના જાહેર જનતાની જાણ ખાતર સ્પષ્ટિકરણ સહીત બહાર પાડો છો તે બાબત ખરેખર આપનામાં રહેલા દૈવી ગુણોનું દિગ્દર્શન કરાવે છે.’

સામાન્ય રીતે જેઓ મારી સલાહ પત્રથી માગે છે તેમની પાસેથી હું શી લેતો નથી. જેઓ એ આનાની પોસ્ટની ટીકટો ખીડે છે તેમને સીધો જવાબ મળે છે, આકોનાને ‘બહુશી’ દ્વારા અનુક્રમે જવાબ મળે છે. આ લાખો સલાહશીના રૂ. ૨ એ મોકલેલા. નિયમ તરીકે તે રકમ મારે લેવી ન જોઈએ. એ બાબત મેં તેમને લખેલું, તેના જવાબમાં તેમના તરફથી મળેલો પત્ર મેં ઉપર રજૂ કર્યો છે. એમાં તેમણે મારી પ્રશંસા કરેલી છે, મારા લેખોને તથા મારા ‘અમોઘ’ જ્ઞાનને તેઓ પ્રશંસે છે. મારા જ્ઞાનને મર્યાદા છે, આયુર્વેદ શાસ્ત્રના અગાધ જ્ઞાન-સાગરમાં મેં તો માત્ર અંચુપાત જ કરેલો છે એ હું સમજતો હોય, આવા પ્રશંસાપત્રોથી કુલાવાનો મારો સ્વભાવ નથી, તેમ જ કોઈ કોઈ લાઇ તરફથી મને મળતી પુષ્પાંજલીથી હું હતાશ બનતો નથી કે ગુસ્સે પણ થતો નથી.

કેટલાક વૈદ્યોના મારે માટેના અર્થહીન ઉદ્દેશો હું સાંભળું છું ત્યારે તેમની મનોદશા મને ખેદ ઉપજાવે છે. પોતાનાથી કશું બની શકતું નથી, અને મારા જેવો વૈદ્ય સેવાભાવપૂર્વક જનતાને વિનાશક સલાહ આપે, આયુર્વેદના અમૃત સમા નુસખા નિખાલ-સલાવે ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય બતાવી દે એ તેમને પાલવતું નથી.

મારો તો એક જ સિદ્ધાન્ત છે કે પુસ્તક, પેપર કે પત્ર દ્વારા કિંવા રૂબરૂમાં જે સલાહ આપવી તેના બદલાની લેશ પણ આશ્વા રાખવી નહિ, અને એ સલાહમાં જરીકે ગુરૂગમ રાખ્યા સિવાય અમે તેવો કિંમતી ગણાતો નુસખો પણ બતાવી દેવો. એવા બહુ

નુસખા મેં ‘રખે વહેમાતા’ તથા ‘પુત્રદા અને પારણ’માં બતાવ્યા છે. વળી આ મથાળા તળે અહીં અપાતા પ્રશ્નોના ઉત્તરોમાં પણ બતાવવામાં આવ્યા છે. ભગ્નિયમાં પણ જે કાંઈ ભાઈ કે બહેન મને પોતાની શારીરિક, માનસિક સ્થિતિ સંબંધી પ્રશ્ન કરશે તેમને નિઃસ્વાર્થભાવે મારા તરફની સલાહ વિનામૂલ્યે મળશે. જેમને અંગત જવાબ જોઈતો હોય, તેમણે જે આનાની પોસ્ટની ટીકોટ મોકલવાનું બૂલવું નહિ.

*

(૧૮૦) લીંબડીના બંધુ

આ. ભાઈ ગ્રેજ્યુએટ છે, સાધારણ સ્થિતિના છે, યુવાન છે. યુવાનીમાં દીવાના બની, કુલક્ષણે ચડી, હતવીર્ય બની ગયા છે. પોતાની સ્થિતિ સુધારવા માટે દીનતાપૂર્વક આર્જવતા કરે છે.

આવા પત્રો તો અનેક મળ્યા જ કરે છે. તેમને માટે અગાઉ અનેક વાર લખાઈ ગયું છે. ફરીથી એની એ જ સલાહ, એની એ જ દવા બતાવવામાં કરી અર્થ નથી. આ ભાઈ પોતાના મન ઉપર હવેથી પૂરે કાબૂ રાખે, સાત્ત્વિક આહાર લે, ખોરાકમાં ગાયના દૂધનું પ્રમાણ વધારે, પૂર્ણ બ્રહ્મચાર્ય ચાર-છ માસ પાળે, બની એકે તો સ્થવાર સ્થાંજ ઠંડા પાણીએ નહાવાનું રાખે અને ઔષધમાં રોજ જે વખત રસાયન ચૂર્ણ (ગજો, ગોખરૂં ને આંબળાં) મધની સાથે ચાટી, તેની પર પાશર ગાયનું દૂધ સ્થવાર-સ્થાંજ ગરમ કરી સાકર સાથે પીએ તો તેમની સ્થિતિ આરોગ્યવાન, પુરુષત્વવાળી બની જશે. ગજો, ગોખરૂં ને આંબળાં સમભાગે લાઈ ખાંડી, બારીક ઊંદ્રવાળા આંકથી ચાળી લેવાં. સ્થવારસ્થાંજ એકેક વાલ મધ સાથે ચાટવું. છ મહિના સુધી એ પ્રમાણે કરવાથી આસાતીત લાલ થાય છે.

*

(૧૮૧) પટેલ-આફ્રિકા

પુત્ર મળ્યો, ભાઈ ! ‘પુત્રદા ને પારણું’માં ચાલી ગયેલા ઓઝો સંબંધના વિષયમાં, પ્રેમ સંબંધી કેટલીક વાસ્તવિક હકીકતો બાળકો વાંચે એ ઠીક નથી એમ આપનું માનવું છે. તે માટે પત્ર લખી પુછાવો છો.

હું આપને પણ એમ પૂછું છું કે આપનાં બાળકો જેઓ વાંચતાં લખતાં શીખ્યાં છે, જેમની ઉંમર નવ, દશ, અગીયાર વરસની કદાપી શકાય, જેઓ પાંચ સાત વરસ પછી ગૃહસ્થાશ્રમી બનવાના છે, તેમને સીધું, સાદું, વાસ્તવિક જ્ઞાન મળે તેથી એ શું ઉધે રસ્તે દોરાઈ જવાના છે ?

આપ ભલે માનો. પોતાની માન્યતા એ દરેકને માટે સ્વતંત્ર છે. પરંતુ જ્યાં ઉછરતા બાળકો રહે છે તેમના રાત્રિ દિવસના સંપર્કમાં આપ ડીટેક્ટીવ નજરથી આવો કે એ બાળકો કેવી વર્તણૂક ધરાવી રહ્યા છે, અને જાતીય જીવનનું જ્ઞાન મેળવવા તેઓ આડકતરે માર્ગ કઈ રીતે શોધી રહ્યા છે ?

જીજ્ઞાસાવૃત્તિ એ એક ભૂખ છે અને તે હરેક માનવીઓને જાગે છે. પછી એ જીજ્ઞાસાની તૃપ્તિ યતાં એની ભૂખ પરિમિત રહે, પણ જાગે છે એ સત્ય છે.

એક ઘરમાં આઠ વરસનો બાળક છે. માતાને પુત્રી સાંપડી અને બાળક પ્રશ્ન કરે : ‘બાપા ! બેન ક્યાંથી આવી ?’

દિલ્લો દુર્બળ પિતા કહેશે : ‘આકાશમાંથી, શેર મીઠા સાટે.....હેં, હેં, હેં, હેં, તું ન સમજે, મુરખા !’

ભલા એ બાળકની જીજ્ઞાસાને આપેલો આવો જવાબ એને સંતોષ ઉપજાવશે ? નહિ જ, અને એ જીજ્ઞાસા વધુ તીવ્રતર બનશે. કંરણ કે એ પણ આવા જવાબથી સમજી જાય છે કે પિતા જુઠું બોલે છે. અને પછી એ બાળક સમોવડીઆની સાથે ‘બેન ક્યાંથી આવી’ તેની છપી તપાસ કરશે અને આડકતરે માર્ગ લેશે.

પરંતુ તેને સીધી રીતે તેની ઉમરને પચે તેવી રીતે સમજવાયઃ
 “ભાઈ ! એ બાળકી-બેન તારી માતાના ઉદરમાંથી આવી છે. જેમ
 આંખાને ફેરી આવે છે, જેમ ઝાડમાંથી ફળ થાય છે, તેમ મનુષ્ય-
 માંથી મનુષ્ય પેદા થાય છે. કેવી રીતે પેદા થાય છે તે તું સમજી
 શકે તેટલો મોટો નથી. વધુ મોટો થઈશ એટલે આપોઆપ સમજશે.’

બોલો, આ બન્ને જવાબોમાં કયો સરસ તમે ગણો છો ? માતાના
 ઉદરથી બાળકીનું આવવું અને એ બાળકને જણાવવું-એમાં તમે ભયરથાન
 કહ્યો છો, અને એથી તેને અજ્ઞાન રાખવા માગો છો, છતાં
 તે અજ્ઞાન નહિ રહે અને આડકતરા માર્ગે દોરાયેલું તેનું દિલ
 સાચો જવાબ મેળવતાં કેટલુંક અસ્વાભાવિક, કેટલુંક વજનદાર, તેની
 ઉમરને પચે નહિ તેવું બહારથી મેળવી લેશે. એ કરતાં સાચા
 અને વિચારોના પરિપાકથી પેદા થયેલો જવાબ તમે આપો તો ?
 એટલે માઈ માનવું એવું છે કે બાળકાને મર્યાદિત રીતે સાચું
 જાતીય જ્ઞાન ઉમરને યોગ્ય આપવામાં આવે તો કશી
 હાનિ નથી થવાની.

*

(૧૮૨) વી. કે. આર.-જેશી નડીઆદ

પ્રત્ન મળ્યો. એક વૃદ્ધ બે વરસ થયા ગાંડા જેવો થઈ ગયો
 છે અને નાસતો-ભાગતો ફરે છે. તે માટે આપ ઉપાય પૂછો છો.

ગાંડપણ એ એક માનસિક રોગ આથવા મગજનો વ્યાધિ છે.
 તે અનેક કારણોથી થાય છે. આયુર્વેદ શાસ્ત્ર તો શોક, ભય, હર્ષ,
 વિષાદ વગેરે કારણોથી પણ ગાંડપણ આવવાનું જણાવે છે. પાગલો
 અનેક પ્રકારના થાય છે. એવા પાગલની ચિકિત્સા કરતાં પહેલાં તેના
 શરીરનો, વર્તનનો અને શારીરિક રોગનો અભ્યાસ કરવો પડે છે અને
 ચોક્કસ નિર્ણય કર્યા પછી યોગ્ય ચિકિત્સા કરવામાં આવે તો પાગલો
 જરૂર સારા થઈ જાય છે.

પૂ. કે. ૧૯

વિલાયતી પદ્ધતિનાં પાગલખાનાં કરતાં દેશી ઉપચારોથી પાગલો સેંકડો સારા થયા છે. પરંતુ પાગલની ચિકિત્સા કરનાર ઠાવંકા મનનો, અનુભવી, દીર્ઘદષ્ટિવાન તથા શાંત મનનો શોધક સ્વભાવનો અને બુદ્ધિમાન વૈદ્ય વધારે ફળિભૂત થાય છે. પાગલોની ચિકિત્સા કરનારને ક્યારેક પાગલોના હાથની પ્રસાદી પણ ચાખવી પડે છે. ગાલીપ્રદાન-એ તો સાધારણ પુખ્તપાંજરી ગણાય. મને પાગલો સેંકડો જોવાને મળ્યા છે, અનેક સારા પણ થયા છે. એટલે આપ એને રૂબરૂમાં લાવો તો જ ઉપાય તરફ વળીએ. જો આપ વિચાર-વિનિમય કરી શકતા હો તો ‘રખે વહેમાતા’ પુસ્તક માંહેનો માનસ-શાસ્ત્ર વિભાગ અને પાગલોની સારવાર વાંચી તેમાંથી એકાદ ઉપચાર કરો, જરૂર લાભ થશે.

*

નીચેના ભાષ્યોની લગભગ મળતી ફરિયાદો છે. એક જ પ્રકારના પ્રશ્નો હોય, બધાને એક દરોજમાં મૂકી પછી ઉપાય બતાવું.

સ્વપ્રદોષ, પેશાબમાં ધાતુનું જવું, અશક્તિ, ગુસ્સાગતી નબળાઈ, શરીરની નિબંજતા અને પછી તેને અંગે અનેક પ્રકારની એમની ફરિયાદ છે.

(૧) ઉમરેડવાસી, (૨) લાલ એકા (૩) સીમારેટ (૪) બી. એન.—ભાવનગર (૫) નાનાલાલ (૬) આશાવાદી—ભાવનગર (૭) એમ.—મુંબઈ (૮) વાંકોતેરના ભાષ્ય.

આ ભાષ્યો એક નહિ ને બીજા રસ્તે કુટેવમાં ફસાયેલા હતા. તેની જાણ થઈ ત્યારપછી મુક્ત થયા. પણ એનું પરિણામ એ આવ્યું કે શરીરનું, બુદ્ધિનું, જ્ઞાનનું અને વીર્યનું દીવાળું નીકળી ગયું. છતાં શરીરને વધુ પાયમાલ કરનારાં ઓછા વધતા પ્રમાણમાં વ્યસનો તો એમને વળગેલાં જ છે. એ બધા ભાષ્યો તેમાંથી સાફ રસ્તો માને છે.

પ્રથમ તો આ તમામ ભાષ્યોને હું એમ પૂછું છું કે તમે ફરીથી માનવી તરીકે લાંબું આયુષ્ય ભોગવી જીવવા ચાહો છો ? એક મર્દ માફક સ્વતંત્ર અને સ્વાવલંબી બનવા ઇચ્છો છો કે ખાલી એક આનાનો પત્ર બગાડી મારો સમય અને ‘અહુરૂપી’નાં પાનાં બગાડવાં છે ? તમારો જવાબ હકારમાં હોય તો પહેલી સલાહ તમોને એ આપું છું કે આજથી જ તમારે, ખીડી, પાન, ચહા, કોશી, કોકો, તમાકુ, સીગારેટ અને એવા હરેક પ્રકારના વ્યસનને સદાને માટે છોડી દેવાં. થોડો વખત સુસ્તી. આળસ, એચેની જણાય તો તેની પરવા કરશો નહિ. વ્યસનો છોડવાથી તમને જો કશું દર્દ થાય-તમારું શરીર પડી જાય તો તેનો જવાબદાર હું છું.

તમને ગમે તેવા સરસ ઉપાય બતાવું અને તમે તે કરો છતાં તમારી જીભ એલગામ હોય અને વ્યસનોનો મારો ચાલુ રહે તો એ દવા તમને કોઈ પણ જાતનો ફાયદો કરે નહિ એ દીવા જેવી સાચી વાત છે.

વ્યસનો છોડ્યાને પંદર દિવસ વીતી જાય તે પછી શરૂ કરો:

ગોખરૂ તો. ૧, શમળાનું મૂળ તો. ૧, ઘોળી મુશળી તો. ૧, આંબળાં તો. ૧, બેળાસત્ત તો. ૧, સાકર તો. ૧.

ઉપરની વસ્તુનું બારીક ચુર્ણ કરવું અને બાટલીમાં ભરી રાખવું. સવારના દાતણપાણી કરી ગાયનું દૂધ શેર ૦૧ ગરમ કરી, તેને ઠારી, અંદર સાકર એલચી નાંખી, ઉપરનું ચુર્ણ તો. ૦૧ મોઢામાં મૂકી ઉપર દૂધ પીઓ. આઠ દિવસ પા પા તોલો લીધા પછી એની માત્રા વધારીને અરધો તોલો કરો. જમ્યા પછી અથવા જમતાં પહેલાં ૦૧ તોલો હિંગાષ્ટક ચુર્ણ એક ગ્રાસ બાતની સાથે મેળવી થોડુંક ઘી નાંખી જમી જાઓ.

રાત્રે સારી હરડે તો. ૧૦ અને સીંધવ તોલો ૧ નું ખાંડીને ફરેલું ચુર્ણ તોલો ૦૧ ઠંડા પાણી સાથે ફાંકો.

ધીરજ રાખી, ખોટા વિચારો નહિ કરતાં, વૈષ્ણવ ડાકટરો પાસે નહિ દોડતાં મનમરકટને સમજાવી, બરાબર એ મહિના આ રીતે

દવા શરૂ રાખો. ખોરાકમાં પચે તેટલો હળવો છતાં ઘી-દુધવાળો, જેમાં લસણ અને અતિ મરચાં ન હોય તેવો લેવો, ફરવા જવું, મનને આનંદમાં રાખવું, હાસ્ય, વિનોદ નિર્દોષ ભાવે કરો.

આ પ્રયોગ તમને મામુલી લાગશે, પણ સખત, ઉગ્ર અને કામોત્તેજક લડકામણી દવાઓ કરતાં આ દવાઓ એટલી સરસ, નિર્દોષ અને સ્થિતિસ્થાપક છે કે શરીર ઉપર અસ્વાભાવિક થયેલા ધસારાને નાબૂદ કરી, તે જતા ધાતુને રોકે છે. પછી સ્વપ્નામાં, પેસાબમાં કે ગમે ત્યાંથી વીર્ય જતું હોય! ગોખરૂં, આંખળાં જેવી વસ્તુ વિષે પદાર્થવિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ જે લખવામાં આવે તો એ પદાર્થો એટલા સરસ, ઉચ્ચ ગુણોવાળા છે કે એ ધાતુસ્થાનને ધીમે ધીમે મૂળ સ્વરૂપમાં લાવી મૂકે છે, ખોટી ગરમાઈ નાબૂદ કરે છે, ધાતુને ઘટ બનાવે છે અને ખોટી ઉશ્કેરણી નાબૂદ થાય છે.

બરાબર બે મહિના આ દવા લીધા પછી સ્વપ્નેદોષ કે પેશાબમાં જતી ધાતુ બંધ થયેલી જણાય, શરીર ઠીક ઠીક કંડકવાળું બન્યું હોય, ખોટી કામોત્તેજના નાબૂદ થઈ હોય, ત્યારપછી તમને સંસાર-સમાગમ માટે સાચી શક્તિ જોઈએ તો ૨૧ ખારેકનો પ્રયોગ નીચે મુજબ કરી નાંખો.

છોરી ખારેક નં. ૨૧ લઈ એને સાધારણ ગરમ પાણીમાં બીજવી દો. સવારે નરમ થઈ ગઈ હશે. તેને બહાર કાઢી લ્યો અને દરેકને ઉભી ચીરી અંદરથી કળીયો ફેંકી આપો. ત્યારબાદ નીચેનું ચુર્ણ સરખા ભાગે એકવીશ ખારેકમાં ભરો:

બંગ ભસ્મ તો. ૧, ભાંગ: (વિજયા) તો. ૧ (ગરમ પાણીથી ઘોષ સાફ કરેલી), જવંત્રી તો. ૦૫, અક્કલકરો તો. ૦૫.

ચારે વસ્તુને ખાંડી પાઉડર બનાવી તેમાં નાગરવેલનાં ૫૦ પાનનો રસ નાંખી ધુટી સરખી ૨૧ ગોળા બનાવી એકક ખારેકમાં એકક ગોળા મૂકી દહને દોરાથી ખારેક સખત બાંધી લ્યો.

દરરોજ સવારમાં ભેંશ અથવા ગાયનું દુધ શેર ૦૧૧ તપેલીમાં મૂકી અંદર દોરાથી બાંધેલી ખારેક મૂકીને છાકાળો. એ ચાર ઉભરા આવી ગમ્મ પછી ખારેક કાઢી, ઠંડી પડવા દઇ, ધીરે ધીરે ચાવી જાઓ. એ પ્રમાણે દરરોજ એક ખારેક લ્યો. જમવામાં સાકરનો શીરો, પુરી, સાધારણ તેલ મરચાવાળાં દાળ, શાક, રોટલી વગેરે લ્યો. ગુણભાગ ઉપર સિંહની ચરખી, સુવરની ચરખી, ખીરખોટીનું તેલ અને તલનું તેલ દરેક એકેક તોલો, તેમાં હીનાનું સાચું અત્તર પાવલીભાર મેળવી, એકત્ર બનાવેલું માલીસ કરો.

૨૧ દિવસના પ્રયોગથી સંપૂર્ણ યુવાની આવી જશે. ફરી જગતમાં જીવવા લાયક બનાશે. પરંતુ યાદ રાખો કે આવેલી તાકાત દુરુપયોગ કરવા કે વેડફવા માટે નથી. વીર્યવાન મનુષ્ય જ દુનિયામાં મનુષ્ય તરીકે જીવવાને લાયક છે.

*

(૧૮૩) ભાઈ સોની--ઉના

અ. પનાં પત્નીની હકીકત વાંચી. એમને પેટમાં છોડ થઇ ગયાનું સુચાણી કહે છે, વૈદ્યો પણ કહે છે, પેટમાં ગાંઠ છે, અટકાવ નિયમિત આવે છે. પણ બાળક થતું નથી. તે માટે ઉપાય માગો છો.

છોડ થઇ જાય છે એ વાત સાચી છે. પરંતુ છોડ છે કે ગાંઠ છે એનો નિશ્ચય હું અહીં બેઠાં કેવી રીતે કરી શકું ? તેને માટે તો શારીરિક તપાસની જરૂર છે. છોડને પાલવી પણ શકાય છે, નિકાલ પણ થઇ શકે છે, પરંતુ છોડ છે કે ગાંઠ છે તેનો નિશ્ચય થયા વગર ઉપાયો કરવા નકામા છે. એટલે મારી પહેલી સલાહ તો તમોને તમારાં પત્નીને મારી પાસે ફેરવી લઇ આવવાની છે. અમદાવાદ માં ફેરવી આવે છે. ત્યાં શનિવારથી સોમવાર સુધીમાં તેમને લઇને આવો.

છોડવાળાને ખાસ ચિહ્નો એ થાય છે કે હમેલવાળી સ્ત્રીનાં જવાં લક્ષણો દરમાસે વરતાય છે. મોળ આવવી, પેટ ભારે જણાવું, ખોરાક નહિ ભાવવો, ખોરાકની વાસ આવવી, અમુક પ્રકારના પદાર્થો ઉપર

અરુચી થવી, સ્તનમાં ભરતી ચઢવી, જાંગો ભારે થવી, આવાં લક્ષણો બેચાર દિવસ વરતાઇને બંધ થઇ જાય છે. ફરી બીજો મહિને વરતાય છે. આ લક્ષણોની સાથે પેટ તપાસવાથી છોડ જીદું જણાઇ આવે છે. માટે પ્રથમ ચોક્કસ નિર્ણય કરો, ત્યારે જ ઉપાય ક્ષિપ્રીકૃત થઇ શકે.

આપના પોતાના પ્રશ્ન માટે તો ઉપર બતાવેલા આઠ ભાષ્યોના ઉપાયમાં આપનો પણ સમાવેશ થાય છે. એ ઉપાયો તમે કરો તો આશાતીત લાભ થશે.

*

(૧૮૪) ગાંધી ગોરધન કાળીદાસ--કોલાબા

પુત્ર મળ્યો, ભાઈ! તમેને અચાનક થઇ ગયેલા વ્યાધિનો હુમલો, રહી ગયેલા હાથ-પગ, એ બધી હઠીકત ઉપરથી તમને લકવો થયો છે એ વાત ચોક્કસ છે. લકવો શરીરનાં જીદાં જીદાં અંગો ઉપર થાય છે અને તે તે ભાગ જીદો પડે છે. ડાકટરો એને એક પ્રકારનો વા કહે છે એ ખોટું તો નથી. લકવાને પણ આયુર્વેદ તો વાતવ્યાધિમાં ગણાવે છે. અને એવા વાતવ્યાધિઓ ચોરાશી જાતના છે.

કેટલાક ઉપાયોથી આપને ઠીક થયું છે અને થોડીક કચાશ છે. એ માટે તો સીધો સાદો ઉપાય છે :

મહાયોગરાજ ગુગળ એ બે ગોળી ઘી સાથે લ્યો, દિવસમાં બે વખત. મહારાસ્નાદી કવાથ પણ બે વખત ગોળી ઉપર પીઓ. સાથે મહા નારાયણ તેલનું માલીસ કરો.

દર ત્રીજે દિવસે એરંડીયું તેલ, સુંઠ અને એરંડમૂળના ઉકાળા સાથે લ્યો. વાયુ કરનાર પદાર્થો અને જાતજાતની ખટાઇ બંધ રાખો. આ કોર્સ દેશી વૈદકનો પ્રસિદ્ધ છે. એ બધી દવાઓ તૈયાર હરેક ફાર્મસીમાંથી મળે છે. માત્ર પ્રામાણિક સંસ્થા હોય તો એ સરસ ફાયદો આપે છે, શક્તિ ભરે છે, લોહી વધારે છે. મને તો લાગે છે કે તમે એકાદ બે મહિના કાળજીપૂર્વક આ દવા લ્યો તો બિલકુલ સુધારો થઇ જશે.

*

(૧૮૫) જી. બી. પુરોહિત

શરીર ઉપર ઉગતા વધારે વાળ અને તેને અંજે લાગતી કદરૂપતા માટે આપનો પ્રશ્ન છે.

શરીર ઉપર બાલ ઉગવા એ કોઈ રોગ નથી, પરંતુ કુદરતની કૃતિ છે. શરીરના બધારણના પ્રમાણમાં બાલ પણ હોય છે. છતાં બધા માણસોનું શરીર તો રીંછની માફક રૂવાંટી અને વાળથી ભરચક હોય છે.

મનુષ્ય જન્મ લેતાં પહેલાં માતાના ઉદરમાં જ તેના સાતે આતુથી બંધાય છે અને એનો આધાર માતાના આહાર, વિહાર અને વિચાર ઉપર છે. સુંદર બાળકો પેદા કરવાં એ કોઈ ‘નસીબમાં’ નથી હોતું, પણ કર્તવ્યમાં હોય છે. માતા જો ધારે તો ઉચ્ચ વિચાર, સાત્ત્વિક આહાર અને તંદુરસ્ત શરીરથી સુંદર બાળક પેદા કરી શકે છે. જે માતાઓ ગર્ભકાળમાં કુપથ્ય ભોજન કરે છે કે જેઓ માટી, કાંકરા, કોલસા ખાય છે, ચીડાય છે, અને ક્રોધ કરે છે, તેનાં બાળકો કદરૂપાં અને પશુ જેવા જડા બાલવાળાં જન્મે છે. પરંતુ જન્મ લીધા પછી શરીરબંધારણ જેવું બંધાયું, પોષાયું અને મોટું થયું, સારપછી બાલ નાબૂદ કરવા-ઓછા કરવા એનો ચોક્કસ ઉપાય નથી. કોઈક બાલનાશક દવાનો લેપ કરી નાબૂદ કરતા હશે. પરંતુ એવી દાહક દવાઓથી ચામડી કાળી પડી જાય છે. એટલે મારા માનવા અને સમજવા પ્રમાણે શરીર ઉપરની બાલ—રૂવાંટીને નાબૂદ કરવાનો ઉપાય નથી. છતાં ફળોના રસ અને દૂધનો આહાર કરી વિવિધ પદાર્થોનો ત્યાગ કરવામાં આવે તો ચામડી કોમળ થાય છે અને બાલની બરસટતા અને જડાઈ નાબૂદ થાય છે. એ સિવાય મારી પાસે બીજો કોઈ ઉપાય નથી.

(૧૮૬) મહનમોહનભાઈ

પત્ર મળ્યો, પણ ભાઈ ! આટલા બધા પ્રશ્નો એકી સાથે શા માટે ? મુદ્દાનો એક જ પ્રશ્ન હોય તો તેને પૂરતી જગ્યા અને યોગ્ય ન્યાય મળે. છતાં તમારા નિર્દોષ પ્રશ્નોથી અન્ય ભાઈઓને પણ લાભ થશે એમ સમજી આપું છું.

પ્રશ્ન—બાજરીના રોટલા, ઘી, અને ગોળ ખાવાથી લાભ કરે છે કે નુકસાન ?

જવાબ—બાજરી એ બળવાન ખોરાક છે છતાં ઉષ્ણ છે. તેની સાથે ઘી, ગોળ મળવાથી પચવામાં વધારે ભાર અને છે. પરંતુ ઘી, ગોળ અને રોટલો જે પચાવી શકે તેને માટે તે ઘણી સારી વસ્તુ છે. કાઠિયાવાડનો ખોરાક તેમાં પણ ખેડુતવર્ગ તો ઘી, ગોળ, રોટલા ખાઈને આખો દિવસ ખેતરમાં મજુરી કરે છે, છતાંએ એની વજ્રકાયા થાકતી નથી, તેનું કારણ બાજરીના રોટલા અને ઘી ગોળ છે. એ સાથે જણાવવું જોઈએ કે કાઠિયાવાડનું પાણી એ ખોરાકને હજમ કરી દે છે. અને દાળભાત ખાનારાઓ કરતાં રોટલા-ગોળ ખાનારો શરીર મજબૂત, સ્નાયુનો સમૃદ્ધ અને પહાડ જેવો માણસ હોય છે. બલે તેનું શરીર કદાચ માખણના પીંડા જેવું ગલીપચીવાળું સુંવાળું ન હોય, તે એસે ત્યારે કદાચ પેટ ઉપર વાટા પડે એવી કામળતા એ ખોરાક લાવી શકતો ન હોય, છતાં પણ શક્તિદાતા અને બળવાન એ ખોરાક છે અને સાથે નિર્દોષ પણ છે. સવાર સાંજ દાળ ભાતથી પેટ ભરનાર અને હોઠ્યાં હોઠ્યાં કરી પેટ ઉપર હાથ ફેરવનાર, છતાં સાત ડગલાં ચાલતાં હાંશી જનાર માનવીઓ કરતાં તો બાજરી ખાનાર ઘણા મજબૂત છે. માત્ર થોડું મીઠું નાંખી, હથેળી જેવો જડો રોટલો ખનાવી, કોઈ પણ પદાર્થ વિના માત્ર એકાદ વાટકો જાશ કે મરચાંનો એકાદ ટુકડો સાથે હોય તો એ રોટલો ગટગટ ગળે ઉતરે તેવો છે. અને પેલા લાડકવાયા ધઉંની તો વાત જ ન કરો ! એના લાડનો

તો પાર જ નહિ ! એને મોણુ જોઈએ, તેને ચાવવા અને ઝીણી કરચો કરવા મજબૂત દાંત જોઈએ અને તોય ચીકણા એવા કે પેટમાં ચોટી જવાની બીક. બિચારી ગરીબડી બાજરીને ગરીબોએ એ માટે જ અપનાવી છે. ગરીબો ગરીબને જ પસંદ કરે ને ! અમીરોને થોડી જ ગરીબોની મહોબત ગમે છે કે શોભે છે ?

છતાં ઉષ્ણ પ્રકૃતિના માણસોને તેમજ ઝાડાની કબજિયાતવાળાને બાજરી ઓછી માફક આવે છે. શરીરનો એ સ્વભાવ છે કે તેને જેવું ખનાવો તેવું તે ખને. જન્મથી બાજરી ખાવાના અભ્યાસીઓને ઘઉં તથા ઘઉં ખાના ને બાજરી માફક નથી આવતી. શરીરની પ્રકૃતિ, દેશ, કાળ પ્રમાણે જ ખોરાકમાં બાજરી-ઘઉંની યોજના કરવી જોઈએ. ગુજરાતમાં રહેનાર એકાદ બે મહિના મચ્છુકાંડાના ગામડામાં જઈ રહે તો તે પ્રેમથી બાજરીનો રાટલો અને અડદની દાળ ખાઈ પચાવી શકે છે; જ્યારે ઘણાય કાઠિયાવાડીઓ અમદાવાદ અને સુરતમાં વસવાટ કરીને દાળભાતીયા બની ગયા છે એ નજરે જોયું છે. એમ તો મદ્રાસીઓ આંબલીનું પાણી અને ભાત ખાય છે, છતાં એમના સાંધા ઝલાતા નથી, જ્યારે કાઠિયાવાડી જે આંબલી લાંબો વખત દાળ-શાકમાં ખાય તો તેમને સંધીવા થાય છે. કારણ કે મદ્રાસ તરફ બીલામાનાં ઝાડ ઘણાં છે અને એનાં મૂળમાંથી પાણી મળે છે. બીલામાનું મારણુ આંબલી છે, અને આંબલીની ખટાશ બીલામા ખાઈ જાય છે. અર્થાત્ ખોરાક ઉપર હવા, પાણી અને દેશની ખાસ અસર છે.

પ્રશ્ન-આંખમાં ઘેન રહે અને ઉંઘ બહુ આવે છે તેનો ઉપાય શો ?

જવાબ-યુવાનોને જે કોઈ પણ જાતનું બધાણ ન હોય તો ઉંઘ સારી રીતે આવે છે અને વધુ પણ આવે છે. આ જમાનામાં ઉંઘ સારી મીઠી આવવી એ પ્રભુની કૃપા સમજવી. બાકી જમાનો એવો ઉદ્વેગવાળો છે કે સો માણસમાંથી પાંચ જણને સારી મીઠી ઉંઘ આવતી હશે. બાકીના તો બિચારા પાસાં ફેરવતા રહે છે. માંડ

માંડ નિદ્રાદેવી કૃપા કરે ત્યારે દિવસનાં કાળાં ધોળાં કાર્યોનાં સ્વપ્નાં ખડાં થાય. એ આ ધાંધલીઆ અને અતિ પ્રવૃત્તિવાળા જમાનાનું ફળ છે. છતાં જાગૃત સ્થિતિમાં પણ ધેન જેવું લાગતું હોય તો સફેદ મરીનેા દાણો પથ્થર ઉપર ઘસીને આંખમાં આંજી લો. એક વખત આંજશે એટલે આખો દિવસ ધેન ભાંગશે. થોડા દિવસ એમ કરવાથી અકાળે થતું સુસ્તીનું ધેન નાખૂદ થઇ જશે. ખોરાક જરા સુકો કરી નાંખવો ને પેટ તણાય એટલું જમવું નહિ.

પ્રશ્ન—દૂધ વાયુ કરે છે તે ખરું ? તે કંઈ કરે છે ? ખોરાક સાથે દૂધ લેવાય તો કેવું ?

ઉત્તર—દુધ, વાયુ કે કંઈ કરતું નથી. પરંતુ વ્યાધિને અંજે ઉત્પન્ન થયેલા દોષો દુધને કંઈ તરફ કિંવા વાયુ તરફ ખેંચી જાય છે. દુધ તો એક ઉત્તમ અને નિર્દોષ ખોરાક છે. પરંતુ તે તાબું, શેડકડું, ભેળસેળ વગરનું અને વાસી નહિ અનેલું લેવું જોઈએ. ભાખરી ને દુધ, પુરી ને દુધ, રોટલો ને દુધ—એવી રીતે દુધ લેવાય તો ઘણું સાફ. પરંતુ બધો ખોરાક લીધા પછી તેની ઉપર દુધ ઘટક ઘટક પીવું એ ઠીક નથી, ખોરાક ઉપર તો છાશ પીવી સારી છે.

પ્રશ્ન—ખોરાક સાથે ઘણું પાણી પીવું જોઈએ કે પાછળથી પીવું જોઈએ ?

ઉત્તર—ખોરાકની વચમાં એકાદ બે વખત એક-બે ગ્લાસ પાણી પીવાય તેનો વાંધો નથી. પણ જમી રહ્યા પછી તેની ઉપર પેટ ભરીને પાણી નહિ પીવું જોઈએ. જમ્યા પછી અરધો કલાક કે કલાક પછી તરસ જણાય ત્યારે પાણી પીવું સાફ છે.

પ્રશ્ન—પેસાબની જગ્યાએ ચામડી ચડતી નથી અને કાપાની જગ્યાએ સફેદ મેલ જણાય છે, તે શો રોગ છે ? મુંઝવણ થાય છે.

ઉત્તર—હરેક પુરૂષ યા બાળકને ગુપ્તેન્દ્રિયની ચામડી ખુલ્લી થઇ કાપા સુધી ઉંચે ચઢી જવી જોઈએ અને દરરોજના સ્નાન બખતે એ કાપામાં લાગેલો સફેદ મેલ પાણીથી સાફ કરવો જોઈએ.

આ સફેદ મેલ એ કાષ્ટ રોગ નથી પરંતુ નાકમાંથી અને આંખ-માંથી જેમ એક પ્રકારનો બલગમ નિકળે છે અને શરીરસંચાલનની ક્રિયામાં એ નિકળવો આવશ્યક છે તેમ ગુપ્ત ભાગમાં આ પ્રકારનો કાપામાં સફેદ મેલ એકઠો થાય છે. હરેક બાળકને 'સ્નાન' કરાવતી વખતે, ચામડી ઉંચી ચઢાવી એ મેલ સાફ કરતાં વડીલોએ શીખવવું જરૂરી છે. જે બાળકની અથવા યુવાનની ચામડી ઉંચે ચઢતી ન હોય તેવા બાળકની ચામડી આગળથી થોડીક કપાવી નાંખવી, જેમ મુશ્કેલીમાં 'સુનત' કરાવે છે, કે જેથી ચામડી ઉપર ચઢીને અંદરનો ભાગ સ્વચ્છ કરી શકાય. તમને જે સહેલાઈથી ચામડી ઉપર ન ચઢતી હોય તો પિતાને કહી, તેની ઉપર શસ્ત્રકર્મ કરાવવું આવશ્યક છે.

*

(૧૮૭) રમણલાલ પટેલ-અમદાવાદ

પ્રથમ આપનો પત્ર ઉતારું અને પછી જવાબ લખું :

‘હું હમેશાં ‘બહુરૂપી’ વાંચું છું. મુંઝાયેલા અને દુઃખાયેલાંને તમે માર્ગ બતાવો છો, એમ મને પણ માર્ગ બતાવશો ? મારી મુશ્કેલી કાઢને જણાવી નથી શકતો. માત્ર આપનો વિશ્વાસ છે.

‘હું અત્યારે કાલેજના બીજા વર્ષમાં ભણું છું અને હું વર્ગમાં જરા હોંશીયાર હોવાથી આગળ પડતો ગણાઉં છું. મારા ક્લાસમાં એક બહેન ભણે છે. ખરેખર તેમને હું બહેન તરીકે જ જોઉં છું. પણ દર અડવાડિયે તે બહેન તરફથી મને પોસ્ટમાં કાગળો મળે છે અને તેમાં તેઓ મને તેમની સાથે પ્રેમમાં પડવા જણાવે છે. લગભગ આવા કાગળો બે માસથી આવે છે.

‘ન્યારે તેઓ મારી પાસેથી જાય છે ત્યારે મારી સામે આંખમીચામણાં કરે છે. હવે મારે આ મુશ્કેલીમાંથી શી રીતે બચવું ? એ બેન એમ લખે કે આપણે લમથી નથી બંધાવું પણ એક બીજાને છુપો પ્રેમ કરવો.

‘ જો હું આ વાત તેણીના પિતાશ્રીને કહું તો તેઓ તો એમ કહે કે મારી પુત્રી એવી હોય જ નહિ, હું કાંઈ એવું માનતો નથી.’

‘ એથી મારી મુશ્કેલીઓ ઘણી વધી ગઈ છે અને તેમાંથી બચવાનો ઉપાય માગું છું. આશા રાખું છું કે ‘બહુરૂપી’ના અંકમાં જવાબ મળશે તો તમારો આભાર જીંદગી સુધી નહિ જૂઠું અને તમારો ઋણી થઈને રહીશ. ’

ઉપરનો પત્ર અક્ષરશઃ ઉતાર્યો છે. બાઈની વાત બાબુ ઉપર રાખી પ્રથમ હું આપને પૂછીશ કે એ બાઈ ન્યારે આંખમીચામણાં કરે છે ત્યારે તમે તેને જોવાનું કેમ નિભાવી દ્યો છો ? જો તમે તેની બાવના તરફ કેવળ નફરત જ હોય તો આંખ મીલાવવાનો પ્રસંગ જ ક્યાંથી ઉપસ્થિત થાય ? અમુક વ્યક્તિને આપણે આવતી, જતી, કે ખેડેલી એક ઝડપી નજરે જોઈ લઈએ અને પછી તેની તરફ જો આપણને તિરસ્કાર જ હોય તો ફરી આંખ મીલાવવાનો વખત જ નથી રહેતો.

બીજી બાબત તેના પત્રની છે. બહેનના પિતાને તમે મોઢેથી ફરિયાદ કરો છો અને એ આવી વાતનો ઇન્કાર કરે છે, તો પછી બહેનના આવેલા પત્રો તેના પિતા પાસે શા માટે રજુ નથી કરતા ? લેખનપુરાવો એ એક સચોટ વસ્તુ છે.

બીજી બાબુ એમ પણ હોઈ શકે કે બહેનના પિતા તમારો આડકતરો મેળ સંધાવી, તમારી સાથે લગ્નથી જોડી દેવા માટે કદાચ ઇતેજાર હોય. બાણેલ, ગણેલ, પુખ્ત ઉમરનો, સારા કુળનો અને સ્વજ્ઞાતિનો છોકરો સીધી માગણીથી કન્યાને ન મળતો હોય તો આવા ઉપાયો પણ અત્યારે મુરતીયાની ખોટવાળી જ્ઞાતિમાં અજમાવાય છે. કદાચ આ રમતની અંદર કન્યાના પિતાનો ઉંડો ભેદ છુપાયો હોય તો ?

મને તો લાગે છે કે પ્રથમ એ બહેનને મળી તમારે સ્પષ્ટ સંબંધોમાં આવી બાબત તરફ તમારો ઇન્કાર જાહેર કરવો જોઈએ

કે 'તમારા પત્રો તમારા તથા મારા વડીલો પાસે હું રજુ કરીશ- તમે એ રીત બંધ કરો. હું તમને લેશ પણ ચહાતો નથી અને તે છતાં તમે ચાલુ રાખશો તો કાલેજના પ્રિન્સિપાલ પાસે તમને ઉઘાડાં પાડીશ.'

તમારી સાચા દિલની તિરસ્કારવૃત્તિ હશે તો આટલા ઉપાયથી તમે મુક્તિ મેળવી શકો છો. પરંતુ જો દિલના ઉંડા ખૂણામાં પણ આકર્ષણનો આનંદ ચમકતો હશે તો તમે આવું કાંઈ નથી કરી શકવાના. જે વસ્તુ પ્રત્યે સંપૂર્ણ નફરત છે તેને કાંઈ પણ સામેનું પાત્ર મેળવી શકતું નથી, મેળવવા પ્રયત્ન કરી શકતું નથી. ઘણી વખત માનવીઓની હૃદયદુર્બળતાનો ઉચ્છૃંખલ વ્યક્તિઓ લાલ લપ લે છે.

તમારા પ્રશ્નનો જવાબ જાણે કે મેં આપ્યો, પરંતુ આ પ્રશ્ન અને તેના ઉત્તરને કેટલાક વડીલ વાચકો અસ્વીકીય ગણી મારા ઉપર નારાજ મોકલાવશે અથવા કદાચ તંત્રીજીની ઉપર પણ મીઠો ઠપકો લખશે કે અમારાં બાળકો આવું વાંચે તે ઠીક નહિ ! એવા વિચારના ભાષ્યોને પણ સાથે જણાવવું જોઈએ કે આવી મુંઝવણ ન્યારે એક યુવાન કોઈને કહી ન શકે, નિભાવી ન શકે, તો પછી પૂછી પણ શા માટે ન શકે ? પૂજ્ય ગાંધીજી પણ આવા પ્રશ્નોનાં જવાબ 'હરિજનબંધુ'માં આપે છે. 'હરિજનબંધુ'ની ટપાલની ચેલીના કોલ-મમાં એક ભાષ્યે પ્રશ્ન પૂછેલો કે 'હું અત્યંત સ્વરૂપવાન છું' અને બહાર નીકળવાથી અનેક સ્ત્રીઓ મને આકર્ષે છે, બોલાવે છે, જોઈ રહે છે, તો મારે શું કરવું ?' એનો ઉત્તર ગાંધી બાપુએ 'હરિજનબંધુ' જેવા શિષ્ટ પેપરમાં આપેલો, એનું કેમ ? મારું માનવું છે કે યુવાનો અને યુવતીઓને સાચા માર્ગનું દર્શન કરાવવામાં કોઈ પાપ નથી. છુપાં પાપો નિભાવવાં અને વળી ઉપરથી સિદ્ધાંત કરવામાં જ મહા પાપ સમાયું છે.

(૧૮૮) કે. એ. પરમાર—જુનાગઢ

પગનાં તળીયામાં પાક થયો, તેણે ઓપરેશન કરાવ્યું અને ઓપરેશનની જગ્યા ફાઇ ગઇ. પરંતુ ત્યાં કપાસી જેવું થઇ ગયું. શું કરવું એ તમારો પ્રશ્ન છે.

ઓપરેશન પછી ફાઇવામાં આવતી જગ્યાએ બરાબર ટ્રેસીંગ કરવામાં આવે અને દરદી પણ બરાબર સાફ જગ્યા આવે ત્યાંસુધી એ માટે સારવાર લે તો હરેક ઓપરેશનવાળી જગ્યા અસલ સ્થિતિ જેવી થઇ જાય છે. પરંતુ હું પડી જવી કે બરડ ચામડી રહેવી, એ ઓપરેશન કરનારની અણુઆવડત કે દરદીની ઉતાવળનું પરિણામ હોય છે. હવે એનો ઉપાય શો ? ડોક્ટર તો કહે છે કે ફરી ઓપરેશન કરાવો ! કરાવો ત્યારે ભાઈ ! હું શું ગાણું ? હું કાંઈ ડોક્ટર થોડો જ છું કે ઓપરેશનની બાબતમાં હાથપણ કરું !

*

(૧૮૯) પી. આફ્રિકાવાસી

કુલેર-કેપ ચાર પાનાં ભરેલો પત્ર મળ્યો, પત્રની શરૂઆત કરતાં લખો છો : 'વૈદરાજ પત્ર લખતાં, હૈયું ફાટે છે, હાથ ધ્રુજે છે, આંસુ વહે છે.' ગદગદ કંઠે અરજ ગુજરતા ગિરાદર ! જરા ધીરા પડો. આપણા ! આમ રઘવાટ કરવાથી, કરગરવાથી, વિનતિઓ પાડવાથી, તમે સારા થઇ જશો એમ માનો છો ? હું કાંઈ રામચંદ્ર છું કે શક્યતાને પગ અડકાડવાથી અહલ્યા બની ગઇ, તેમ તમને હું જવાબ લખું તેથી તમે દુઃખના પહાડો ઓળંગી જશો ? આવી હૃદયની દુર્ઘળતા શા માટે ? શું વહી ગયું છે ? રાત્રિ બહુ આક્રી છે, હજી વેશ ભજવવા હોય તેટલા ભજની લ્યો, વીરા !

અસ્વાભાવિક વીર્યપાત કરતાં શીખ્યા, શીખડાવનાર નાશી
 ખુટયો અને તમે એ ચાળે ચડી ગયા ! ન્યારે તેથી થયેલાં દુઃખનાં
 પરિણામોનો સાક્ષાત્કાર થયો ત્યારે આવ્યા મારી પાસે ! અને જલદી
 સારા થવા ઇચ્છા રાખો છો. પરંતુ તરસ લાગે એટલે ખોદ કુવો
 ને કાઢ પાણી, એમ શરીર સુધરતાં હશે ખરાં કે ? એકાદ નુસખો
 લખી નાંખું એટલે શું તમે સારા થઈ જવાના ? એ વાતમાં શો
 માલ છે ? પ્રથમ તમારે બે મહિના તપશ્ચર્યા કરવી પડશે. બધાં
 વ્યસનો બંધ કરો, ગરમ, તીખો, મસાલેદાર ખોરાક, ચહા બીડી,
 પાન, તમાકુ અને સીગારેટ બધું બંધ કરી, સાત્ત્વિક ખોરાક, ફળોના
 રસ, અને દુધ લઈ શરીરને નિર્દોષ બનાવો. પછી આવો મારી પાસે.
 ‘બહુરૂપી’ના દરવાજે સાંકળ નથી વાસી. અવાજ કરશો એટલે સાચો
 માર્ગ જરૂર મળશે. આંગળી ચીંધવાનું યે પુન્ય છે, અને એ હું જરૂર
 ચીંધીશ. પણ પ્રથમ હું ખાત્રી તો કરું કે તમે કેવા કબ્બાગરા છો !

*

(૧૯૦) જોશી-અંજાર (ક૨૬૭)

અમે બહુ નાના હતા ત્યારે છોકરાઓ સાથે રમતા. એક
 આળવીતરો છોકરો એક જીવાનને કહે: ‘લાઇ ! મને મૂછો ક્યારે
 આવશે ?’ પૂછનારની ઉંમર હતી ચૌદ વરસની. જવાબ આપનારે
 કહ્યું: ‘મૂછો તો બહુ મોટી આવે, અને તે પણ ફાંકડી. તું મૂછની
 જગ્યાએ આકડાનું દુધ મારી દે. બસ જોતજોતામાં મૂછની મૂછો
 આવશે.’ અને અમારા ‘લાઇ’બંધે એ પ્રયોગ અજમાવ્યો. બીજે દિવસે
 મોઢું થયું રાવણ જેવું. અને આઠ દહાડા ઉપચાર કર્યા ત્યારે થયો
 સાજો. મૂછો તો ન આવી પણ ચામડી બળી ગઈ. મૂછની જગ્યાએ એને
 કાંઈ એવા પડ્યા કે, માંકડકુકડ બંધે વાળની મૂછો આવવા લાગી.

મને લાગે છે કે તમને પણ આવો જ કોઈક ઉપાય બતાવી દીધો હોય તો કેવું? તમને શીળીના મોઢે ડાઘ છે, અને એ ડાઘ તમને બીજી રીતે તો નડતા નથી પણ એક ખાનદાન કુટુંબની કન્યા સાથે પ્રેમમાં પડ્યા છો (સાચો પ્રેમ નહિ વ્યભિચાર) તેમાં તમારા મિલન વખતે એ ડાઘ તમારી માથુકને અગ્રિય લાગે છે!

ધન્યવાદ, પૃથ્વીનાર ભાઈ! તમારા વ્યભિચારને પોષવા તમને હું માર્ગ બતાવું! વાહ! ભાઈ, તમારા શીળીના ડાઘ તો કદાપિ જશે. શીળી એવી ભયંકર નથી. તેણે પોતાની પાછળ મૂકેલી ડાઘ રૂપી કાળાશ તો નાબૂદ થાય છે, પરંતુ છૂપા વ્યભિચારની વદન ઉપર આવેલી શ્યામતા કેમ નિવારી શકશે—એનો ખ્યાલ છે? એમ તો તમને દાદી ઉપર ઉગતા બાલ પણ તેને અજાણ્યા લાગે છે! તો પછી લોહાના ચીમટાથી દરરોજ દાદીના બાલ ખેંચતા રહો! યાદ રાખો, એક સમય એવો આવશે કે તમારાં કુટુંબનો બદલો આંસુ-એનાં સરોવર ભરશે તો પણ પુરો નહિ વળે. અત્યારે તો અધ-કારમાં પ્રકાશ નહિ સાંપડે, કામાંધો નૈવ પદ્યતિ.

*

(૧૯૧) કીમ્બુવાસી--આફ્રિકા

પત્ર મળ્યો તમારી દીકરીને ત્રણ ચાર ચાકાં સફેદ છે, એટલે એ કાલ છે. તે માટે ચાલમુગરાનું તેલ તે જગ્યાએ ધસો અને બે ટીપાં પીવા આપો. બે મહિના ચાલુ રાખવાથી આરામ થઈ જશે. આ તેલ કેમીસ્ટોને ત્યાંથી મળી શકશે. દૂધની સાથે તેલ આપી શકાય છે.

(૧૯૨) વી. પી. પટેલ—સરભાણુ

પત્ર મળ્યો. તમારી પત્ર લખવાની પદ્ધતિમાં પ્રથમ તો તેના અક્ષર ઉકલે તેવા નથી. કોઈ પણ વ્યાધિ માટે સલાહ લેવી હોય ત્યારે પૂરું બ્યાન લખવાથી દરદનો બરાબર ખ્યાલ આવી શકે. કોઈ એક દરદનું નામ લખી નાંખ્યું એટલે અમે બધું જ સમજી જઈએ એવી દિવ્ય દૃષ્ટિ અમને પ્રભુએ નથી આપી. આ તો ‘જન બીલ્લી ! કુતેકુ માર’ની માફક સલાહ લેવાની રીત ગણાય.

તમે લખો છો કે એક દરદીને કેન્સર થયું છે. તેનો આવતા ‘બહુરૂપી’માં ઉપાય લખશો. તેને ચાંદી પણ છે અને ઉપાય થઈ શકે તેમ નથી.

આ રીતે લખવાથી કોઈ સમજ નથી પડતી. તમારો પત્ર ફેંકી દેવામાં આવે તો તમને અન્યાય કર્યો ગણાય. માટે જો તમને સલાહની જરૂર જ હોય તો હવે વિગતવાર હકીકત અને બે આનાની ટીકીટ સાથે સીધો પત્ર લખો.

*

(૧૯૩) તખલ્લુસ-મુંબઈ

પત્ર મળ્યો. ‘બહુરૂપી’નાં પેજ અને મારી કલમ ઇરાદા-પૂર્વક રમુજ કરવાનાં સાધન રૂપ આપ માનતા લાગે છે. વાચકોને બળવાન બનાવવાનાં કાલમે સાચા તનમનનાં દુઃખીયાને માટે છે. કેવળ લખવાને ખાતર લખાતું નથી, જરૂરીયાતને ખાતર લખાય છે, બિરાદર !

*

તમારે પ્રશ્ન : એક બાઇ આડે રસ્તે ચઢી ગઇ છે, તેને તમારે સુધારવી છે. સ્ત્રીઓને સુધારવાનો તમોએ ધધો યા ઇબરે લીધો છે. તો તે માટે પ્રશ્ન શા માટે કરવાનો હોય ? કોઇ પશુ મનુષ્યકત્યાણના કાર્ય માટે ક્ષેત્ર ઉંધાડું હોય છે. પડી જવું મેદાને અને કરી નાંખવો ઉદ્ધાર. જાણી જોઇને સ્ત્રીજાતિને હલકી પાડવી અને ટીકા કરવી એ મારું કામ નથી. સ્ત્રીઉદ્ધારક સંસ્થાઓમાં જઇને તેના સંચાલકને મળો. એ તમને સાચો અને સરલ માર્ગ બતાવશે.

*

(૧૯૪) હરીલાલ મેઘજી—માંડવી (કચ્છ)

મુંબઈથી મેલેરીયા લાગુ થયો, દેશમાં આવ્યા, મેલેરીયા ગયો પશુ ટાઢ થોડીક આખા દિવસમાં આવી જાય છે. અશક્તિ આવી ગઇ છે અને ખોરાક લાવતો નથી. વગેરે ફરિયાદો માટે આપ સલાહ માગો છો :

મેલેરીયા—જેને દેશી વૈદ્યક પિત્તજ્વર કહે છે તે જ્યારે શરીરમાંથી પૂર્ણ રીતે નાબૂદ થતો નથી ત્યારે દેશી વૈદ્યક પ્રમાણે એ જીર્ણ જ્વર થઇ જાય છે અને પછી તે અશક્તિ, મંદાસિ અને શીકાશ્વને વધારે છે. તેને માટે પ્રથમ એક જાતની અને પછી બીજી જાતની એમ બેઉ દવાઓ લ્યો.

પ્રથમ લીલી ગજો તો. ૫, કરીયાતાની પાંદડી તો. ૨ા, ધાણા તો. ૨ા, કાળી દ્રાક્ષ તો. ૨ા, આ ચારે વસ્તુને ખાંડીને તેમાંથી દરરોજ એ તોલા રાત્રે માટીના વાસણમાં દશ તોલા પાણીથી બીંજવી મૂકો.

અતિવિષની કળા તો. ૫ લાવી તેને તાવડી ઉપર જરા શેકી લ્યો. તેની સાથે પાંચ તોલા કાંચકાનાં મીંજ શેકીને મીલાવી દધ અન્નને ખાંડી પાઉડર કરી રાખો.

સવારમાં એ પાઉડરમાંથી એક વાલ (૬ ગ્રેન) પાઉડર જીભ ઉપર મૂકી માટીના વાસણમાં પલાળી રાખેલું હીમ ચોળી ગળી લઇ

તેમાંથી અરધું પાઉડર ઉપર પી જાઓ. અને સાંજે પણ એ જ પ્રમાણે એ પાઉડરનું પડીકું અને પલાળેલું હીમ પીઓ. બીજે દિવસે નવું પલાળો અને પીઓ. બરાબર ૨૧ દિવસ આ પ્રમાણે દવા લ્યો. મેલેરીયાનું રોગગ્રસ્ત રહેલું વિષ નાબૂદ થઈ લીવર, બરલ સુધરી જશે, ખોટી ગરમાઈ નાબૂદ થશે, પેશાબ સાફ આવશે, શરીરનો તપાસે અને ઠંડી લાગવી તદ્દન નાબૂદ થઈ જશે.

ત્યારબાદ જીવન (અવનપ્રાણ અવલેહ) તો. ૧ માં સુવર્ણ વસંતમાલતી રતી ૩ મેળવી સવારમાં ચાટો અને સાંજે પણ એક તોલો જીવન અને ત્રણ રતી વસંતમાલતી ચાટો. પાછળથી એક મહિનો આ દવા લ્યો. શરીર મજબૂત થઈ જશે, તાવ, મેલેરીયા અથવા મેલેરીયામાં લીધેલા ક્વીનાઇનની ગરમાઈ, તાવને અંગે વિકૃત થયેલાં કોડની, લીવર, બરલ, વગેરે સુધરી શરીર સંપૂર્ણ નિરોગી બનશે, ખાવામાં મીઠાઈ અને ભારે ખોરાક ખાઈ કરશો. દૂધ, મોસખી છુટથી લઈ શકાય અલ્પાવસ્થા પાળજો.

*

(૧૯૫) નવીનચંદ્ર હિંમતલાલ-મુંબઈ

દુનિયાના પાંચે વિષય-શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ, ગંધ, એ મર્યાદિત રીતે સેવવામાં આવે તો જ સાફ છે. અધિક પ્રમાણમાં દુઃખરૂપ અને વિનાશ કરનારા છે. વિષયભોગની અતિ-શયતાથી તમારી ફરિયાદો ઉભી થયેલી છે.

દૂધ અને કેરીનો પ્રયોગ એકાદ મહિનો કરો અને પૂર્ણ અલ્પાવસ્થા પાળો. શરીર વળશે અને ફરિયાદો નાબૂદ થશે. પ્રયોગ કરવામાં કાંઈ મુસીબત નથી. અનાજ છોડી દૂધ અને કેરી લેવી. વિગતવાર માહિતી પ્રયોગની નોંધએ તો માહિતીપત્ર છાપેલું આત્મપ્રયોગનું મળશે, મંગાવી લેવી.

*

(૧૯૬) આફ્રિકાના મહેતાજી

આફ્રિકાના એક મહેતાજી પત્ર લખીને પોતાના પ્રશ્નોનો સીધો ઉત્તર માગે છે. એમનો ઉત્તર એમને આપી પણ દીધો છે, છતાં તેમના પ્રશ્નો ચૈકીમાં બે પ્રશ્નો વિચારવા જેવા છે.

એક પ્રશ્ન એમનો એ છે કે તેઓ કાઠની સાથે હળીમળી રહી શકતા નથી, બધાથી અતડા અતડા જ રહે છે. બોલવું, હસવું, ચાલવું, વાંચવું, વિચારવું, ખાવું, અને ગમત કરવી એમાં કાઠનો સાથ એમને ગમતો નથી.

બીજો પ્રશ્ન એ છે કે તેઓ બધાની સામે શંકાની નજરથી જ નોંધા કરે છે. માઈ વાકું બોલતો હશે, મારી ટીકા કરતો હશે, માઈ ખોદતા હશે, મારી સામે તીરછી નજરથી જુએ છે, હું ચાલું છું ત્યારે મારી સામે નોંધ રહે છે, એટલે મારે માટે એને કંઈક હલકા બાવ છે. આવી ભાવના તેઓ હમેશાં સેવે છે.

આવા માનસનાં માણસો મેં તો ધણા જોયા છે અને વાચકોએ પણ ધણા જ જોયા હશે. તેમનાં દીવેલ પીધેલાં મ્હોં જુઓ તો હમેશાં રોગવાળાં જ જણાઈ આવે છે. તેમનું દિલ હમેશાં ઉંદરની માફક તેમનું જ કલેજું કાતરી ખાતું હોય એમ આપણને લાગે છે.

આવા માણસો બે પ્રકારના હોય છે : એક તો તેઓ બરાબર સમજણમાં આવ્યા પછી ‘પોતે કાંઈક છે.’ એવો અહંભાવ એમના દિલમાં પેદા થાય છે. પછી એ બલે ‘કાંઈક’ હોય. એમને એ અહંભાવ સ્વાભાવિક રીતે માન મેળવવા પ્રેરે છે અને તેથી બીજા ઉપર પોતાનો પ્રભાવ પાડવા એ અક્રૂડ રહેવા લાગે છે. જેમ જેમ એ અક્રૂડ રહેતા જાય છે તેમ તેમ દુનિયા તેમનાથી દૂર જતી જાય છે અને એ એકલપેટા થઈને ફરે છે. પછી તો તેઓ બીજાને માટે

શંકાઓ કરે છે. અને એ શંકાઓ એમને ડગલે ને પગલે પ્રગટતી રહે છે. અને પછી તો હમેશની એમની એ ટેવ રૂઢ બની રહે છે. વનમાં રહેતા મૃગલાની માફક એ શૂન્ય આત્મા નથી આનંદ લઈ શકતો, નથી કાઢને આનંદ આપી શકતો.

ખીજા પ્રકારના માણસો પોતાની પુષ્કળ ઉણપો અને ન્યૂનતા આપમેળે વિનાકારણે માની બેસાડે છે. એટલે તેમના હૃદયમાં એક ડર એ હોય છે કે હું બોલીશ અને જૂઠું કરીશ ? હું ચાલીશ અને પગ આંટીયે વળશે ? હું જે પહેરીશ તે મને નહિ શોભતું હોય ? હું જમીશ, ત્યારે વધુ અકરાંતીયો ગણાતો હોઈશ ? આવી શંકાઓની પરંપરાથી એમની જીવનપ્રવૃત્તિ, આહ્વાદ અને ઉત્સાહ સંકાચાતાં જમીને સુકાયેલી ખાખટી (આંખાના નાના મરવા) જેવાં બને છે. એવાની પ્રવૃત્તિઓ એટલી મર્યાદિત અને સંકુચિત રહે છે કે એ ઉન્નતિ કરી શકતા નથી અને જીવનની ઉંચી ટોચે જઈ શકતા નથી.

જગત એ અભ્યાસની નિશાળ છે. જે માનવીઓ દ્વિરેફ (બ્રમર)ની માફક પુષ્પ પુષ્પમાંથી પરાગ ગ્રહણ કરતાં શીખે અને તેમાંથી મધુ નિપજાવે તો તેની મધુરતા કેટલી ઉંચી હોય ? જ્યારે સુતરના ત્રાગે એકખીજથી ભેળવાઈ જાય છે ત્યારે જ તેમાંથી કપડું તૈયાર થઈ શીત-ઉષ્ણતા સામે રક્ષણ કરી શકે છે અને શરીરને શોભાવી શકે છે. એમ જ્યાંસુધી માનવી સમાજમાં ભેળાઈ જતો નથી, લીંબુનું પાણી પીતો નથી, ત્યાંસુધી તે એકલો અને અતડો જ રહે છે. મહાત્મા તુલસીદાસે ડીક જ કહ્યું છે:

‘તુલસી યદુ સંસારમે ભાત ભાત કે લોગ,
સળસે હીલમીલ ચાલીએ નદી નાવ સંભોગ.’

ખરી રીતે તો માનવી માત્ર અંતકાળ સુધી અધૂરો જ રહે છે. એ જેમ જેમ અનેક મનુષ્યોતો સહવાસ કરતો જાય છે, ગુણગ્રાહી બનેતો જાય છે, તેમ તેમ તેનામાં ગુણની વૃદ્ધિ થતી રહે છે.

ખોટી અહંતા અથવા ઉણપના ભયથી જ્યારે અતઢાઇ રાખવામાં આવે છે ત્યારે તેનું દિલ એક ખાળોચિયા જેવું સંકુચિત અને ઓછા જળવાણું જ રહે છે; પરંતુ સાગરપેટ બની વિશાળ દૃષ્ટિથી તે વધતો જાય છે ત્યારે જ તેને આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે.

શંકા માણસને આવરે બનાવી આપે છે. એક વાર્તા કહું; મને લાગે છે કે એ હશે કલ્પિત, પરંતુ રમુજ છે એટલે આપું છું:

એક વાણીયાભાઇ એક રાત્રિએ સુતરથી વણેલી પાટીના ખાટલા ઉપર સુતેલા. અરધી રાત્રિનો સમય હશે અને જગ્યા એવી જ હાક મારી: ‘અલી ! સાંભળે છે કે ? ઉઠ અને દીવો સળગાવ.’

‘પણ શું છે ? અત્યારેય જીવને જંપ નથી ! રાતના બાર વાગ્યા છે.’

‘ભલે બાર શું તેર વાગ્યા હોય ! પણ દીવો સળગાવ અને સાંભળ : મારા ખાટલા નીચે સીસમના પાટીયાને ઇસ્કાતરે (પીતળથી મઢેલી પેટી) પડ્યો છે. તેમાંથી સવારે શાક સુધારવા ચપુ કાઢેલું તે વાસ્યા વગરનું અંદર ઉઘાડું રહી ગયું છે. માટે ઇસ્કાતરે ઉઘાડી, ચપુ વાસીને મૂકી દે.’

‘અને ઉઘાડું રહી જાય તો શો વાંધો છે ?’ તેમની પત્નીએ કહ્યું.

‘શો વાંધો છે ! લે રાં...થેલસાગરીની છે ને ! આ હું સુતો છું ત્યાંથી ખાટલો તુટે અને પેટી ઉપર પડું, પેટી ભાંગે અને તેમાં ઉઘાડું ચપુ ઉભું થઇ જાય તો મારા વાંસામાં ગરી જઇ માં’ મૃત્યુ થાય ને ! એ વિચારે મને ઉંઘ નથી આવતી. માટે ઝટ કર, જલદી પેટી ખોલીને ચપાને વાસી દે.’

સુનાર માણસના વજનથી ખાટલો તુટે જ નહિ. કદાચ તુટે તો પણ પીતળની ચીપોથી મઢેલી સીસમની પેટી માણસના વજનથી ભાંગી જુકા થાય નહિ. અને થઇ ગઇ તો પણ ચપું આડું પડેલું તે ઉભું થઇ વાંસામાં ભોંકાય નહિ. છતાં વાણિયાને તેની એ ચિંતા

કે વહેમે ઉંધ ન આવે એ પણ એક મનુષ્યસ્વભાવ. તેમાં કદાચ અગમચેતી કહે, તો પણ હું તો આવા વિચારને વહેમનું સ્થાન આપું છું. એમ તો હમણાં મુંબઈમાં મને એક ભાષ કહેતા હતા કે જુનાગઢ તરફના એમના એક સ્નેહી મુંબઈ જેવા આવ્યા, પણ ત્રણ ત્રણ માળ અને પાંચ પાંચ માળનાં મોટાં મકાનો જોઈને તે એવો ભય પામી ગયા કે એ રાત્રિએ મુંબઈમાં સુતા નહિ. પરંતુ તેમને વસઈ લઈ જઈ એક નાના મકાનમાં સુવરાવવા પડ્યા. એ કહેતા હતા કે ઇંટોથી ખડકેલાં તાડ જેવાં આ મકાનનો ભરોસો શો ? ગળી પડે તો, મારા બાપ ! મારે નથી રહેવું મુંબઈમાં !

અને મારા એક બીજા મિત્રની વાત કહું. જાતે બાહોશ, શુદ્ધિમાન, વિચારક અને હિંમતવાન છે. પણ તેમનો સ્વભાવ ગમે તે કારણે વહેમી, શંકાશીલ અને કાંઈક ડરપોક બની ગયો છે. તે ટ્રેનમાં બેઠા હોય અને સાબરમતી, મહી, નર્મદા કે તાપીના મોટા પૂલ પર ગાડી આવે કે તુરંત જ તેમના મનમાં શંકા જાગે કે ગાડીના ભારથી પૂલ તૂટે ને ગાડી નદીમાં જઈ પડે તો ?

વળી મુંબઈ-અમદાવાદ જેવા શહેરમાં કુટપાથ ઉપર ચાલતા હોય ને સામેથી કે પાછળથી મોટર આવતી હોય ત્યારે તેમના મનમાં શંકા રહ્યા જ કરે કે ફાઇવર કાબૂ ગુમાવી દે અને મોટર કુટપાથ ઉપર ચડી તેમની ઉપર ધસી આવશે તો ?

જો કે એથી તેમને કશો ડર લાગતો નથી, તેમજ તેમની ક્રિયા કે કાર્યમાં કશો અંતરાય પડતો નથી. પરંતુ તેમના સ્વભાવમાં રહેલા આ વહેમ અને શંકા નાબૂદ થતાં નથી.

હું તો માનું છું કે માણસે મિથ્યા વહેમ કે શંકાને વશ નહિ થતાં તેનું નિરસન કરવું જોઈએ. બાકી જગતમાં કોઈ નાનો નથી, કોઈ મોટો નથી, પ્રભુના દરબારમાં સહુ સરખા જ છે.

(૧૯૭) નિરાશ બહેન—આકોલા

બહેન, નિરાશ થવાનું કશું કારણ નથી. તમારી ઉંચાઇનું માપ જોતાં તમને ઠીંગણાં તો ન જ કહી શકાય. તમારા પતિદેવ વધારે ઉંચાઇવાળી પત્નીને પસંદ કરે છે એ જાણીને પણ આશ્ચર્ય થાય છે. અમે એવાં અનેક જોડાં જોયાં છે કે જેમાં પતિ છ શીટ કે તેથી વધારે ઉંચો હોય, જ્યારે પત્નીની ઉંચાઇ પાંચ શીટની અંદર હોય. એમ છતાં તેમની વચ્ચે એ કારણે કલહ કદિ પણ થયો નથી. તાડ સમી ઉંચાઇ એ કાંઇ સૌંદર્યનું ચિહ્ન તો નથી જ.

છતાં તમે પ્રયત્ન કરો તો તમારી ઉંચાઇમાં વધારો કરી શકો છો. રોજ એક કલાક સુધી નિયમિત રીતે તમારા અંગુડા પર ચાલવાનું રાખો.

ઉંચે છતમાં કડું હોય તે બે હાથ વડે પકડીને નીચે જમીન તરફ શરીર લંબાવી, જમીનને તમારા પગ અડે તેવી કસરત કરો.

કદિ પણ ફેડેથી શરીર નહિ વંકાવતાં અને તેટલાં ટદાર રહીને ચાલો.

પાટ અથવા એવી કંઠણ વસ્તુ પર પથારી પાથરીને તેની પર સૂવાનું રાખો, પાટી કે કાથી ભરેલા ખાટલામાં ન સૂવો. આટલું કરશો તો ચાર-છ મહિનામાં ત્રણેક ઇંચ જેટલી ઉંચાઇ જરૂર મેળવી શકશો. એથી વધુની આશા ન રાખો.

બહેન ! તમારો શ્વાસ ગંધાય છે, તેનાં બે ત્રણ કારણ હોઈ શકે: (૧) દાંત બરાબર સાફ ન કરતાં હો, ઉલ ન ઉતારતાં હો, તેથી. (૨) જઠર મંદ હોય, પાચનક્રિયા બરાબર ન હોય, પેટમાં પવન થતો હોય તેથી પણ શ્વાસ ગંધાવાનો સંભવ છે. (૩) શરીરમાં લોહી બગડેલું હોય એથી પણ કોઇ વાર શ્વાસમાં દુર્ગંધ મારે છે.

કોઈ સાફ દંતમંજન દાંતે ધસો, આવળનું દાંતણુ કરો, જમ્યા પછી મીઠાના કોગળા કરો, તે વખતે પણ થોડું દંતમંજન ધસો. ઉલ હમેશાં ઉતારો, દાંત-મ્હેં સાફ રાખો. હલકો, જલ્દી પચે તેવો ખોરાક લ્યો. આટલું કરશો તો થોડા સમયમાં જ તમારો શ્વાસ ગંધાતો બંધ થઈ જશે, તમારા પતિદેવને કંટાળો નહિ આવે. ‘બહુરૂપી’માં ‘પુત્રદા ને પારણ’ની લેખમાળા ચાલેલી. તેમાં પણ એ વિષે કેટલીક ચર્ચા કરી છે. એ પુસ્તકાકારે પ્રગટ થયેલ છે. એ જરીક ધ્યાનપૂર્વક વાંચી જશો તો તેમાંથી ઉપયોગી સલાહ મળી રહેશે. નિરાશ શા માટે થવું ? યાદ રાખો કે ‘કંઈ લાખો નિરા-શામાં અમર આશા છુપાઈ છે.’

*

(૧૯૮) ટાઈપીસ્ટ-ખંભાત

કોઈ પણ જ્ઞાતનું વ્યસન નથી છતાં ખાંસી આવે છે, અને ખાંસી ન હોય તો પણ કફ પડે છે, એ માટે ઉપાય પુછાવો છો.

ખાંસી સાથે કફ હોય ત્યારે ઝીતોલાદિ ચુર્ણ રતી ૩, અગ્નિરસ રતી ૧૫, સાબરશૂંગ ભસ્મ રતી ૧૫, પ્રવાળભસ્મ રતી ૧૫, ભોરીગણીનાં મૂળનું ચુર્ણ રતી ૧ તેનું એક પડીકું.

આવાં પડીકાં દિવસમાં ત્રણ વખત લ્યો, એટલે ખાંસી અને કફ બંધ થઈ જશે. ખાંસી મટી ગયા પછી પણ કફ રહે તો અબ્રકભસ્મ રતી ૧૫, મલસિંદુર રતી ૧, સુવર્ણ વસંતમાલતી રતી ૧, સોમનાથી તામ્રભસ્મ રતી ૧૫—એક પડીકું.

આવાં પડીકાં દિવસમાં એ વખત મધ સાથે લ્યો. ખાંડ અને ખટાઈ ખાવી નહિ, દિવસે સુવું નહિ, જમીને દિવસે સુઈ રહેનારને ખોરાકની રસક્રિયામાંથી કફ થાય છે.

*

(૧૯૯) આશા-મુંબદ

પત્ર મળ્યો ભાઈ ! તમારા બે પ્રશ્નો છે : પેશાબ કરી લીધા પછી અને ઉઠ્યા પછી પાછળથી ધોતીયામાં એકાદ બે ટીપાં અથવા પાંચેક ટીપાં મૂત્રનાં પડે છે. બીજો સ્વપ્નદોષનો.

પેશાબની હાજત હરેક તંદુરસ્ત માણસને મૂત્રપિંડમાં અમુક જથ્થો પેશાબનો એકઠો થયા પછી થાય છે અને જ્યારે હાજત થાય ત્યારે ગમે તેવા કામને પડતું મૂકી માણસ હાજત પુરી કરી આવે છે તો એ અવયવોને કાઢી તકલીફ પડતી નથી. પરંતુ એ હાજતને રોકવામાં આવે છે, એટલે પેશાબની હાજત માટે જ્ઞાનતંતુએ મગજને ખચર આપવા છતાં તેને રોકી લેવાની ટેવ હોય છે, અને એ ટેવ ઘણા વખત સુધી ચાલુ રાખવામાં આવે છે ત્યારે તે તે અવયવો વિકૃત થઈને સુસ્ત બને છે. તેની સંકાય-વિકાસની ગતિ મંદ અને શીથીળ બને છે. અને આ કારણે પેશાબના મૂત્રાવરોધ અને મૂત્રાઘાત જેવા વ્યાધિ થાય છે. પછી કટકે કટકે અને ઇચ્છા વિરુદ્ધ પણ પેશાબ નીકળી આવે છે.

કેટલીક વખત એવું પણ જોયું છે કે લઘુશંકા કરનાર વ્યક્તિ નિરાંતે લઘુશંકા કરતી હોતી નથી. જેમ દરેક ક્રિયામાં ઉતાવળ અને રથવાટ હોય છે તેમ લઘુશંકા કરવા બેઠા પછી પુરેપુરો પેશાબનો નિકાલ થઈ જાય, અવશેષ એક ધુંદળ પણ ન રહે, ત્યાંસુધી ઠંડા કલેજે બેસીને નિકાલ કરતા નથી. પરંતુ દોડાદોડ કરી ઝટ ઉભા થઈ જાય છે. પછી બે ચાર ધુંદળ નળીની અંદર પેશાબ ભરાઈ રહ્યો હોય તોય તેનો કપડામાં નિકાલ થઈ જાય છે. આપણી ઉદ્યોગશીલ હિંદુજાતિ આ બાબતમાં બહુ બેપરવા જેવામાં આવે છે. પાછળથી બેચાર ધુંદળ પેશાબનાં કપડા ઉપર જાય તેની તેમને આભડછેટ જોવું નથી હોતું, એટલે એમ થવા દે છે.

આ બાબતમાં મુસ્લીમ કામ વધુ તકેદારી સાચવે છે, તેમાં પણ નમાઝ મુસ્લીમ ભાઈઓ તો પેશાબે જતાં સાથે મટોડી, ઇંદ

કે પથ્થરનો ટુકડો લઇને પેશાયનો યદ્દકિચિત અવશેષ ભાગ પણ કપડા ઉપર ન લાગે તેની પુરતી કાળજી રાખે છે, અને છેવટનું એકાદ બુંદ એ ખીજા કાંઇ પદાર્થ ઉપર ઝીલી લઇને પણ કપડાને મૂત્રસ્પર્શ થવા દેતા નથી. એક રીતે એ કાંઇ ખોટું નથી. ધર્મની બાબત આપણે નજર સામે ન રાખીએ તો પણ મળ મૂત્ર એ ત્યાગવા યોગ્ય વસ્તુ હોઇ કપડા સાથે તેનો સ્પર્શ અનિચ્છનીય છે. આપને બે ઉતાવળના કારણે આવું થતું હોય તો શાંતિથી પેશાયનો નિકાલ કરવાની ટેવ પાડશો. પરંતુ બે મૂત્રનળીના સંક્રાંત્યને કારણે થતું હોય તો ગોક્ષુરાદિ ગુગળ બંને ગોળી દરરોજ પાણી સાથે ગળી જશો. સવારમાં ચંદ્રપ્રભા ૨ ગોળી અને સાંજે ગોક્ષુરાદિ ૨ ગોળી લેવાનું રાખો. એટલે માફ માનવું છે કે સ્વપ્નદોષ અને પેશાયનો દોષ બંને સુધરી જશે.

*

(૨૦૦) ખીડાતો પાટીદાર

પુત્ર મળ્યો. સંયમી જીવન હવે ગાળો અને દરરોજ કૌચા તો. ૨ ની ઉપરથી છીલટાં ઉતારી તેને ખાંડી નાંખી, દશ તોલા દૂધ, બે એલચીદાણા અને એક તોલો સાકરમાં રાખડી બનાવી સવારમાં લ્યો. બપોરે બૂખ લાગે ત્યારે ભોજન લ્યો. એક મહિનો આ પ્રયોગ કરો.

પ્રયોગ ચાલતો હોય ત્યારે હરડે તો. ૧૦ અને કાળી દ્રાક્ષના ફળીઆ કાઢી નાંખીને તોલા દશ સાથે મેળવી લુકો બનાવી રાખી મૂકો. દરરોજ રાત્રે તેમાંથી પાવલીભાર સાદા પાણી સાથે ફાંકો. આ રીતે બે ત્રણ મહિના સુધી કરવાથી ખોટી ગરમાઇ અને તેના અંગે થતા ખીલ નાબૂદ થશે, અસ્વાભાવિક રીતે ખરચેલી ધાતુ બરાશે અને શરીર સાફ થઇ જશે.

*

(૨૦૧) કુંદન-કરાચી

ખોટી ગરમાઇ માટે આપ નીચેનો ઉપાય કરો. કાળી દ્રાક્ષ તો. ૧, ધાણા તો. ૧, ખડસલીયો તો ૧, વાળો તો ૧, એ ચારે ચીજોને રાત્રે પાંચ તોલા પાણીમાં પલાળી સવારે ચોળીને ગળી લ્યો અને પી જાઓ. બપોરના થોડા આંબળાના મુરખ્યાની સાથે અરધો તોલો મલાઇ મેળવી તેમાં ચાંદીના વરખનો અરધો ટુકડો તથા ત્રણ રતી ગજોસત્ત્વ મેળવીને ચાટી જાઓ. એ જ રીતે સાંજે પણ લ્યો. બધા પ્રકારની ખોટી ગરમાઇ નાબૂદ થશે, અગલમાનો પસીનો નાબૂદ થશે. અથાણાં, મરચાં, છત્યાદિ ગરમ ખોરક છોડી દેજો.

*

(૨૦૨) ભરૂચથી લખનાર દુઃખી ભાઈ

નનામા પત્રોને જવાબ નથી આપવામાં આવતો. કૃપા કરી ટીકીટો બગાડશે નહિ. પુછાવવાની ઇચ્છા થાય તો પુરા નામ-ઠામ ઠેકાણાંથી મુદ્દાસર પુછાવો.

*

(૨૦૩) આશાવાદી મુંબઈ

તમારું પણ ઉપરના જવાબ તરફ ધ્યાન ખેંચવામાં આવે છે.

*

(૨૦૪) નરહરિભાષ

પત્ર મળ્યો. તમારી માગણી ખરેખર આશ્ચર્યજનક છે. હમારી ઇચ્છા પુરૂષત્વથી હીન બનવાની છે ! અર્થાત્ કામેચ્છા જાગૃતિમાં જ ન આવે એવો ઉપાય માગો છો.

તમારૂં માનવું એવું છે કે ગુપ્ત ભાગને જો લૂલો બનાવી દેવામાં આવે તો વાસનાઓ ટળી જાય ! પરંતુ એ માનવું ભૂલ ભરેલું છે. વાસનાનું સ્થાન ગુપ્ત ભાગ નથી, પણ તેની ઉત્તેજનામાં કારણ રૂપ તો માનવીનું મન છે. ચંચળ મન સંકલ્પથી સિદ્ધ કરેલા વિચારો દ્વારાએ જ વાસના પ્રેરે છે અને એ વાસના ગુહ્યભાગને સાધન બનાવે છે. જો મનને વશ કરવામાં આવે તો અન્ય ઇન્દ્રિયો સ્વતંત્રપણે કંઈ કામ કરી શકતી નથી.

પરંતુ આવી વાતોથી તમને કોઈ લાભ નથી. તમને તો નયુ-સક બનવું છે ને ? વારૂ, હ્યો ત્યારે—

લીંબડાનો ફોલ-કુલ તો. ૧૦, કેળના રસને ઉકાળી, બાળીને તૈયાર કરેલું ધન તો. ૧૦, પોટાશ બ્રોમાઇડ તો. ૨ સર્પગંધા તો. ૧.

ઉપરની સઘળી વસ્તુને લીંબડાના રસમાં ઘુટી મગના દાણા જેવડી ગોળી વાળો. બબ્બે ગોળી સવાર સાંજ પાણી સાથે હ્યો. ઘી, મલાઈ, માખણ, મસાલા ખાઓ નહિ. જીવારનો રોટલો અને તાંદળજીની ભાજીનો આહાર કરો. રાત્રિએ કપડાનો કંકડો ઠંડા પાણીમાં બોળી ગુપ્ત ભાગ ઉપર મૂકી રાખો. પંદર દિવસ કે એક મહિનો કરો. સ્નાયુ ઢીલા થઈ જશે, ઉત્થાન નાણુદ થઈ નયુસકતા આવશે અને એની સાથે નાહિંમત પણ બનશે જ. આપની ઇચ્છા પ્રમાણે કરી શકો છો.

પરંતુ એથી તમારી મનની ચંચળતા નાબૂદ થાય એમ સમજશો નહિ. મનને તમે ઓળખી શકતા નથી. એને ઓળખવું એ મદારીનો ખેલ નથી. મનને વશ કરનાર તો વીરલા હોય છે. શાસ્ત્રમાં એક સૌભરી ઋષિની કથા છે. બિચારા તમારી માફક કંટાળ્યા જ હશે ના! સમુદ્રના તળીએ જમ્બને સાઠ હજાર વર્ષ સુધી તપશ્ચર્યા કરી. અચાનક આંખ ઊઘાડી અને માછલી-માછલાનો સમાગમ નિહાળતાં કામવાસના જાગી અને પછી તેઓ એકી સાથે એક રાગ્મની સો કન્યા સાથે પરણ્યા! બિરાદર! એ કથા કહેનારે કદાચ અતિશયોક્તિ કરી હોય પણ જ્યારે આજના જીવનના સાચા ઉકલને ઉકેલીએ છીએ ત્યારે અંદરથી આવાં જ પડ નીકળી આવે છે. એ પડો ઉપર પડેલા અક્ષરો આંતરિક ચક્ષુમાં પહેરી શકનાર વાંચી શકે છે.

*

(૨૦૫) મહાશય મ.—અમદાવાદ

નસકોરી કુટવી એ મગજ ઉપર ગરમાઇ થવાથી બને છે. ગરમ ખોરાક ખાવાથી, ગરમ દવાઓથી અને ગરમીમાં ફરવાથી પણ નસકોરી કુટે છે.

ઉપાય તો સીધો તાળવા પર પાણી છાંટવાનો છે. ત્યારપછી પાણીમાં શેવાળ નામની વનસ્પતિ થાય છે તે માથે બાંધવાથી, બરફ ચૂકવાથી—આવા ઉપચારથી બંધ થઇ જાય છે. ત્યારબાદ ફરીને નસકોરી કુટે નહિ તે માટે શીતળ વસ્તુઓ—આંબળાં, ગજો, દ્રાક્ષ, સાકર, લીંબુનું શરબત, દાડમનું શરબત, મોસમ્બી, ખસનું શરબત, વગેરે લેવાથી નસકોરી બંધ થઇ જમ્બને કુટતી નથી.

ખીજ તમારા પ્રશ્નો બાળકો જેમ પતંગ ઉડાડે અને રમુજ કરે તેવા અર્થહીન અને બાલીશતાવાળા છે. કુળાપ્રયોગ, ફરીપ્રયોગ

કેમ કરવા તે માટે સીધાં માહિતીપત્રો મંગાવશે તો મળી જશે. તમને દિલગીર થવા જેવું તો લાગશે કે તમારા પ્રશ્નોનો ઉત્તર મેં તમને સંતોષ આપનારો નથી આપ્યો. પરંતુ મને સમજતું નથી કે તેનો ઉત્તર શો આપવો ? તે પૈકીનો એક પ્રશ્ન ‘પુરૂષોને સ્ત્રીની માફક સ્તનની દીંટડીઓ છે, તેનો ઉપયોગ શો અને પુરૂષશરીરમાં તે શા માટે આપી છે ?’ મને સમજ પડતી નથી કે આનો ઉત્તર શો આપવો ? જે શરીરની રચના કરનાર કોઈ વખત મળે તો તેને પૂછી જોઈ કે પુરૂષને દીંટડીઓ કેમ આપી છે ? અને પછી તમને જણાવીશ. કદાચ જે તમને પહેલી ખબર મળે તો મને લખશો કે જેથી તમારા જેવા બિરાદર કદાપિ પૂછે તો જવાબ આપવા થાય.

*

(૨૦૬) જુગલકીશોર

ભાઈ, બહુ ઉતાવળીઆ તમે તો ! મંગળવારે આપનો પત્ર મળ્યો અને આવતા ગુરુવારે ‘બહુરૂપી’માં જવાબ માગો છો. એટલું જ નહિ પણ એ માટે દબાણ એવું કરો છો કે જાણે હું જવાબ આપું છું, એટલે કેમ તમને મેં ગુલામીખત લખી આપ્યું ન હોય ! મંગળવારે પત્ર મળે અને મંગળવારે સાંજે તો ‘બહુરૂપી’ તૈયાર થઈને રવાના થઈ જાય છે, એની તમને ખબર નહિ જ હોય ? કદાપિ જે દિવસ વહેલો પત્ર મળ્યો હોય તો પણ તેનો જવાબ લખાય, રાણપુર જાય, ટાઇપોમાં ગોઠવાય, છપાય અને ટપાલમાં પડે ત્યારે તમે વાંચી શકો. અહીં કોઈ એવું યંત્ર નથી કે સ્વીચ દબાવતાની સાથે તમારો ઉત્તર ‘બહુરૂપી’માં છપાઈ જાય. જરા ધીરા થાઓ પીરા ! ઘોડાની લગામ જરા તાણી ઝાલો. નહિ તો પડી જવાશે. ઉતાવળો આથડી પડે છે એ તમે જાણો છો ને ?

*

(૨૭૦) એક બહેન-મુંબઈ

પત્ર મળ્યો, બહેન ! તમારાં છેલ્લાં વાક્યો પ્રથમ વાદ કરું છું : તમે લખો છો કે તમારા કુટુંબમાં વૈદ્યો ઉપર વિશ્વાસ નથી અને ડાક્ટરોથી તમે સારાં થતાં નથી. એટલે તેનો ઉપાય અને દુઃખમુક્તિ મારી પાસે માગો છો.

બહેન ! વૈદ્યો ઉપર વિશ્વાસ નથી એસતો એ કેવળ તમારા કુટુંબનો દોષ નથી. મધ્યયુગ એવો પણ આવી ગયો કે જેમાં અર્ધદગ્ધ, બિનસંસ્કારી અને અશિક્ષિત વર્ગ વૈદ્ય તરીકે એટલેા ઉભરાઈ નીકળ્યો કે એથી જનતાને વૈદ્યોનો કડવો અનુભવ થવા લાગ્યો. ખીજી તરફથી વિદેશી વિજ્ઞાને પ્રત્યક્ષ પુરાવા સાથે અને ચળ-કતાં હથિયારો સાથે નવી થીયેરી રજૂ કરી. એટલે ગરમ દુધથી દાઝેલો છાશ પણ કુંકરીને પીએ તેમ અમુક વર્ગને વૈદ્યના નામથી જે સુગ થઈ ગયેલી તે હજી પણ જેવામાં આવે છે. પરંતુ જમાનો પલટાઈ ગયો છે. વૈદ્યો પણ હવે પદ્ધતિસર આયુર્વેદિક જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીને જનતાનો વિશ્વાસ સંપાદન કરવા લાગ્યા છે. એટલે આપનાં કુટુંબીઓએ સમજવું જોઈએ કે જ્યારે એલોપથીની વરસોની સારવાર અને ઉપચારથી સાફ નથી થતું તો પછી દેશી ઉપાયો અને સારવાર શા માટે ન કરવાં જોઈએ ? એક વાર અખતર તરીકે પણ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

તમારી ફરિયાદોનો સરવાળો કરીએ તો ત્રણ હકીકત સ્પષ્ટ તરી આવે છે : (૧) તમારું શરીર મેદવાળું બનતું જાય છે. (૨) તમારી શારીરિક શક્તિ નબળી બનીને કુડોની ફરિયાદ ખૂબ જ રહે છે. (૩) તમને રાત્રિભર મીઠી ઉંઘ નહીં આવતાં સ્વપ્નાવસ્થામાં જ પસાર થાય છે. આને અંગે ઓપરેશનો, ઇન્જેક્શનો, વગેરે ખૂબ

કરાવી થાકી ગયાં છે. અને કંટાળી ગયાં છે. હવે તમારું દિલ ચહાચ છે કે તમારે દેશી ઉપચાર કરવા. એમજ ને ? બહુ સારું. તમારા શરીર સ્વચ્છી વિચાર કરતાં પ્રથમ તો એક વાત ચોક્કસ સમજાય છે કે તમારું શરીર કુલતું બધે થઈ જવું જોઈએ. એટલે શરીર ઉપર જે મેદ ખડકાઈ રહ્યો છે તે મેદ વધતો બધે થાય અને શરીર ઘટી જાય એવા ઉપાયની પ્રથમ તમને જરૂર છે.

મેદ ઘટાડવા માટે તમે અમુક પેટન્ટ દવા જેનું અહીં નામ આપવાની જરૂર નથી તે લીધી હતી, છતાં મેદ ઘટતો નથી. એ મેદ ઘટાડવાની દવાના ગમે તેવા ગુણ ગાવામાં આવે, પરંતુ હું માનું છું કે એવી કોઈ પણ પેટન્ટ દવા નથી કે જે મેદને થોડા દિવસમાં હાંકી કાઢે અથવા ગાળી નાંખે. મેદ વધે છે ખોરાકથી, અને જ્યાં-સુધી ખોરાક હમેશાં નિયમસર ઠીક રીતે લેવામાં આવતો હોય ત્યાંસુધી મેદ ઘટતો નથી. પરંતુ મેદવાળાં માનવીઓ અને ખાસ કરીને ઓઝોને હું મગના ઓસામણનો પ્રયોગ એક મહિનાથી વધીને ત્રણ મહિના સુધી કરાવું છું. એથી શરીર મેદ વગરનું થઈ જાય છે.

મગના પાણીના પ્રયોગથી ૨૦-૩૦-૪૦ રતલ સુધી વજન મેં ઘટાડેલું છે. તેના પ્રત્યક્ષ દાખલા જેવા હોય તો મારા અમદાવાદના દવાખાને આવીને હરકોઈ જોઈ શકે છે. પ્રયોગ કેમ કરવો એ અધરી વસ્તુ નથી. માત્ર મન ઉપર કાબૂ રાખીને ખોરાક વગર રહેવું એ જ મોટી વાત છે. દૈનિક મન અને પૂરી શ્રદ્ધા વગર રહી શકાતું નથી. તેમાં બહેનોને બધી જાતનો ખોરાક છોડાવવો એ જો કે અસંભવિત નહિ તો પણ અઘરું કાર્ય તો જરૂર છે જ. શરૂઆતમાં થોડાક દિવસ જરી તકલીફ પણ પડે છે. છતાં શરીર હલકું કુલ જવું મજેનું બને છે.

ઓસામણનો પ્રયોગ: અરધો શેર મગ બશેર પાણીમાં બાફવાને મૂકવા. બફાતી વખતે થોડું મીઠું નાખી દેવામાં આવે તો કોઈ શુ. ક. ૨૧

વાંધે નથી. પોણો શેર પાણી રહેતાં મગ બફાઈને તૈયાર આવે છે. ત્યારબાદ નીચે ઉતારી મગને ચોળ્યા કે અડક્યા સિવાય પીતળની ગરણીથી માત્ર પાણી ગાળી લેવું. એ પાણીમાં મીઠું, જીરું, ધાણા તથા મરી સ્વાદ પુરતાં નાંખી ધીરે ધીરે પી જવું. બાફેલા મગ ફેંકી દેવાની જરૂર નથી. એને બીજાં ઘરનાં માણસો ઉપયોગમાં લઈ શકે છે અથવા બાળકો તેમાં મીઠું, જીરું મેળવીને ફાકી જાય તો પણ હરકત નથી.

આવી રીતે દિવસમાં બે થી ત્રણ વખત દર વખતે અરધો શેર મગ બાફીને પાણી પીવામાં લેવાનું. એ સિવાય કોઈ પણ જાતનો બીજો ખોરાક લેવાનો નથી. માત્ર સાંજના વખતે પાશીર અથવા અરધો શેર પાકા પોષેયો લેવામાં આવે તો ચાલે. આ તો જાણે કે આસામણનો પ્રયોગ થયો.

હવે દવામાં સવારે અને સાંજે દરેક વખત યોગરાજ ગુગળની બગે ગોળી ગળી જવાની છે.

બપોરે ચોપચીની તો. ૦૧, આહન તો. ૦૧, અને તજ વાલ એક, ત્રણે વસ્તુનું ૧ પડીકું એક વખત લેવું.

ઝાડાની કબજીયાત રહેશે જ નહિ. મગનું પાણી દસ્ત સાફ લાવે છે. છતાં થોડા દિવસ પછી વધુ દસ્ત આવતો પણ નથી. કારણ કે પાણી એ કેવળ પાણી જ રહે છે. માત્ર મગનાં ચોક્કસ તરવો એમાં આવે છે. એટલે ખાસ મળ એકઠો થતો નથી.

ઉપરનો પ્રયોગ કરવાથી મેદ ધરી જઈ, સરીર હળવું બને છે અને આ રીતે શરીર ઉતારી નાંખવાથી ફરી પુલતું નથી. કારણ કે શરીરમાંના વાયુને યોગરાજ શમાવી દે છે અને તેને વ્યવસ્થિત બનાવે છે.

કદાચ બહુ ભુખાવળો માણસ મગના પાણીની સાથે ભુવારની ધાણી એકાદ મૂઠી લે તો પણ વાંધો નથી. પરંતુ એકલા મગના પાણીથી ચલાવી શકાય તો વધારે સાફ છે.

દવાઓમાં યોગરાજ હરકોઈ સારી કાર્મસીમાંથી મળે છે. ચોપ-ચીની, આહન, તજ એ ત્રણ તો કાષ્ટિક ઔષધ છે અને તે ગાંધી લોકોને ત્યાંથી મળે છે. મેદ ઘટતાં વાયુ અને ગેસ પણ બંધ થાય છે.

પ્રથમ આ પ્રયોગ કરવાની જરૂર છે. એ કરવાથી શરીરના ધણા દોષો સુધરી શકશે, કેડો દુઃખતી બંધ થશે. કારણ કે ચોપચીનીમાં સ્ત્રીઓના કેડના દુઃખાવાને નાબૂદ કરવાનો અજન્મ ગુણ છે, સાથે એ લોહીની પણ શુદ્ધિ કરે છે.

આ પ્રયોગ સિવાય તમારું શરીર સુધારવાનો બીજો કાંઈ માર્ગ નથી. મેદે જ્યાં સુધી અત્યંત પ્રમાણમાં વધી જઈ તમને પરાધીન નથી બનાવી નાંખ્યાં, હજી હરવું-ફરવું, ઉડવું-એસવું કરી શકો છો, ત્યાંસુધીમાં એને કાબૂમાં લઇ લેવો સારો છે. પછી તો તમારું શરીર એ માનવીનું શરીર મટીને રૂનું ઘોકણું અથવા ગાંસડી બની જશે. પછી તો એની કુંચી કૃષ્ણજીને હાથ જઈ પડશે. રાવણરૂપ શરીરધારી બનતાં દરેકને ઇશ્વર બચાવે. હમણાં જ એક એવા વિરાટકાય મહેમાન મારે ત્યાં આવેલા અને એમને સુવાનું મારી સાથે જ હતું. રાત્રિ પડી અને એમનાં બે મહત્ત્વનાં કાર્યો શરૂ થયાં. એથી મારે આખી રાત્રિ જાગરણ કરવું પડ્યું. એક તો એમને ગેસ લયાનક થતો. દર વીસ-પચીસ મીનીટે તેઓ એટલા જોરથી ગેસનો નીકાલ કરે કે પાસે સુનાર વહેતા વાયુથી ગાભરો બની જાય. બીજું તેઓ જ્યારે ઉંઘવા લાગે ત્યારે નાકનાં નસકોરાં તો જણે લુહારની જોરદાર ધમણ ધડડડ...ધું...ધડડડ ધું ! અને પચાસ પચાસ કદમ સુધી સુતેલા માણસ અવશ્ય જાગી જ જાય ! મેં પણ બે ત્રણ વખત એમને જગાડી પડખાંબેર સુઇ જવાની સૂચના કરી. પણ અરધો કલાક થાય ને એમની ધમણો ચાલુ થઇ જાય. મને તો એમના ધરનાં માણસોની દયા ઉપજી. શું થતું હશે એમનું બિચારાઓનું ? પણ એમને તો રોજનો અભ્યાસ અને મારે ત્યાં તો એ નવા મહેમાન !

(૨૦૮) એચ. એન. ટી.-ભાવનગર

પત્ર લખનાર સ્ત્રી છે કે પુરૂષ એ હું નથી જાણી શક્યો, પરંતુ લેખનશૈલી, ભાવના, અને મર્યાદિત રજુઆતથી લાગે છે કે ખાનદાન કુટુંબની વ્યક્તિ મારી પાસે આ પત્રથી મુંઝવણના પ્રશ્નોનો માર્ગ કાઢવા માગે છે. પત્ર મોટાં ચાર પાનાં ભરીને આવ્યો છે. આખો પત્ર ઉતારવાની જગ્યા નથી એટલે એના મુદ્દા અહીં તારવું છું.

એક કુટુંબના બન્ને બંધુ છે. મોટા ભાઈનાં લગ્ન થયાં છે. લગ્ન કરવાને તેઓ નારાજ હતા. પરંતુ સંબંધીઓના દબાણથી એમણે વર્ષો વિતાવીને લગ્ન કર્યું છે. લગ્ન કર્યા પછી એઓ લગ્ન શા માટે નહોતા કરતા તેનું કારણ જાણવા મળ્યું છે. તે એ છે કે તેમની જાતીય નિર્બળતા હતી.

નાના ભાઈ અવિવાહિત છે, અને મોટા બંધુ ઉપર ખૂબ મમત્વ ધરાવે છે. તેમને તથા તેમનાં પત્નીને સુખી જોવા ઇચ્છે છે. તેની સાથે સાથે તેઓ ભાભી ઉપર પણ નિર્દોષ પ્રેમ ધરાવે છે. ભાભી અને દીયર એક બીજાને નિખાલસ અને નિદોષ સાચા પ્રેમથી ચાહે છે. મોટા ભાઈને આ રૂચતું નથી. એટલે પછી એમની ગેરહાજરીમાં દીયર અને ભાભી મળે છે, હસે છે અને ગેલ કરે છે. મોટા ભાઈનાં પત્ની અતિ મુંદર છે, સાથે મમતા ધરાવતાં સુશીલ અને સદ્ગુણી છે, છતાં તેઓ લગ્ન પહેલાં પીયરમાં પવિત્ર રહી શક્યાં નથી એવી દીયરને શંકા છે.

એ બાઈને પતિ તરફ શરૂઆતમાં પૂરો અનુરાગ હતો અને તેઓ આનંદથી રહેતાં. પરંતુ હમણાં હમણાં એકબીજા વચ્ચે છૂપા અસંતોષની લાગણી વધી રહી છે એ નાના ભાઈને રૂચતું નથી.

આખી હકીકત પછી નાના ભાઈની વતી તેમના મિત્ર કે જેમનું કુંકું નામ 'એચ. એન. ટી.' છે તે મારી પાસે માર્ગ પૂછે છે : આ સ્ત્રી-પુરૂષ કઈ રીતે એકબીજાની સાથે પૂરા સંપર્ક અને આનંદથી રહી શકે, એમના હૃદયમેળનું ચૂકવ બને, તેમ જ દીયર પણ ભોળાઈની સાથે પોતાનો પ્રેમ નિભાવી શકે.

આખા પત્રની હકીકત અને સારાંશ આ છે :

વારૂ, પતિ-પત્ની વચ્ચે પડતા જતા હૃદયના અંતરમાં એ કારણ હોઈ શકે : એક કારણ એ હોય કે પોતાની જાતીય નિર્બં-
જતાથી પત્નીને તેનો પતિ પુરતો સંતોષ આપી શકતો ન હોય, અને
આવા નિર્બંજ પુરૂષો હમેશાં શંકા અને કુશંકાની નજરથી જ જોતા
રહે છે. પોતાની નિર્બંજતાથી ઉદ્ભવેલા અસંતોષના કારણે સ્ત્રી
કદાપિ આડે રસ્તે જશે તો ? આ એક કોઈને પણ કહી ન શકાય
અને જીરવી ન શકાય એવો શંકાનો કાડો છે. અને સ્ત્રી જેમ જેમ
વધુ આનંદમાં રહેતી જાય છે, વધુ છૂટ લેતી જાય છે, કોઈની
સાથે હસે ઝં-ખેલે છે, ત્યારે આવા પુરૂષમાં હૃદયદાહ શરૂ થાય છે
અને તે સ્ત્રીને માટે કુશંકાની પરંપરા પેદા કરે છે.

ખરી રીતે તો પતિ-પત્ની વચ્ચે રહેલા આ દોષનો માર્ગ કોઈ
ઇતર વ્યક્તિ-સંબંધી કાઢી શકતો જ નથી. આવી બાબતમાં કોઈ
દરમ્યાનગીરી કરવા જાય છે તો બહુ કરવાનું તો બાબુ ઉપર રહ્યું
પણ તે સ્ત્રીના ભલા કે તેણીના હકમાં મોટું નુકસાન કરે છે. કારણ
કે પુરૂષ એ વાત ચોક્કસ કરી ખેસે છે કે મારી શંકા જે હતી કે
હું સ્ત્રીને સંતોષી શકતો નથી તે વાત હવે તેણે બહાર પણ મૂકવા
માંડી છે. તે જ દિવસથી એ બમણા જોરે સ્ત્રી ઉપર ત્રાસ વર્તાવે
છે અથવા તેની ઉપર વિવિધ બંધનો લાદે છે યા તો પોતે તેના
તરફથી વધુ દૂર રહેવા પ્રયત્ન કરે છે.

એટલે આવી જ કોઈ બાબત હોય તો પુરૂષ પોતે જ જાતે જો
સમજે અને પોતાની જાતીય નિર્બંજતા દૂર કરવા પ્રયત્ન કરે તો
એમનો પરસ્પર તિરસ્કાર સમી જાય.

બીજું એક એ પણ કારણ છે કે પોતાનો નાનો યુવાન બાઈ
સંયુક્ત કુટુંબીજન તરીકે દરરોજ સાથે જ રહે છે. અને મોટા બાઈ
એમ જાણતો હોય કે નાનો બાઈ એની બાબી સાથે વધુ પડતી
છૂટ લઈ રહ્યો છે, તો ભલે તે નિર્દોષ હોય છતાં પણ એની
નજરમાં એ છૂટ નિર્દોષ ન પણ જણાતી હોય. એથી પણ એ

મુગલનાં અંતઃકરણમાં વિસંવાદ જાગતો રહે છે. કારણ કે પરાયા માણસથી તો પત્નીને દૂર પણ રાખી શકાય. પરંતુ ઘરમાં હમેશાં રહેનારને દરરોજ બેસવા, ઉઠવા, ખાવા, પીવા, અને રહેવાની સ્વાભાવિક છૂટ હોય છે. તેનાથી તેણીને કેમ દૂર રાખવી એ ચિંતા અને વહેમથી પણ તેમનું હૃદય ડાંખ મારતું હોય તો પણ બનવા બેગ છે.

એટલે પ્રથમ નાના ભાઈને એક બાબત મારે પૂછવાની રહે છે : તમે તમારી ભાભી સાથે પ્રેમ ધરાવો છો. હું પણ કયુલ કરું છું કે તમારો પ્રેમ ભલે નિર્દોષ હોય. છતાં પ્રેમ સંબંધે આપણે ઉંડા ઉતરીએ તો પિતા યુવાન પુત્રી ઉપર પ્રેમ રાખે છે, ભાઈ યુવાન બહેન ઉપર પ્રેમ રાખે છે.

તે બ્યારે પાંચ વર્ષની બાળકી હોય છે ત્યારે જે રીતે પ્રેમ કરાય છે, તે રીતનો પ્રેમ સોળ વર્ષની થયા પછી કરાતો નથી. પહેલાં પિતાનો ખોજો ખુંદનાર કન્યા-તેના શરીર ઉપર હાથ ફેરવતો પિતા કન્યાને માત્ર નિર્દોષ દૃષ્ટિથી નિહાળીને, વધુમાં વધુ તેના મસ્તક કે પીઠ ઉપર હાથ મૂકીને મુદિત થાય છે. પરંતુ નિર્દોષ પ્રેમી પિતા એ યુવાન પુત્રીને ખોજામાં બેસારે, બાથમાં લઈ મળે અથવા એકાંતમાં એની સાથે વિવિધ ગેલ કરવા લાગી જાય તેમાં કદિ પણ નિર્દોષતા નહિ કદપી શકાય. કારણ કે અવસ્થાફેરને લઈ પ્રેમની મર્યાદા અંકાય છે. પછી ભલે પિતાનો પ્રેમ તદ્દન નિર્દોષ અને વત્સલતાભર્યો હોય.

દીયર અને ભોળાઈ માતા અને પુત્ર ભાવે રહે છે. સમય આવે તો થોડી મીઠી મજક (વાણીથી) કરી લે છે. પરંતુ તેમણે એકાંતમાં મળી ગેલ કરવી, મોટા ભાઈની નજરથી બહાર છૂપી રીતે આનંદ લેવો-દેવો, એથી દુનિયાદારી અને મોટા ભાઈની નજરમાં નિર્દોષ નથી રહી શકાતું.

સીતા લક્ષ્મણ દીયર ભોળાઈ હતાં, સાથે ફરતાં-મુતાં હતાં, છતાં લક્ષ્મણે જે મર્યાદા સાચવેલી, તેવા જ દીયરો ભોળાઈ સાથે વિશુદ્ધ પ્રેમ નિભાવી શકે.

બાર વર્ષ સુધી સાથે રહેનારને સીતાજીનાં પગનાં તળીયાં સિવાયનાં અંગોની ખબર નહોતી, એ તો રામાયણની વ્યાખ્યા ઉપરથી જણાય છે. સીતાને રાવણુ ઉઠાવી ગયો, બન્ને બંધુ શોધ કરવા નિકળ્યા, ત્યારે સીતાનાં આભૂષણો (ધરેણી) માર્ગમાંથી મળી આવ્યાં. તે પૈકીમાં માત્ર પગનાં અંકર સિવાય લક્ષ્મણે બીજાં આભૂષણુ ઝોળખ્યાં જ નહિ. કારણ કે કોઇ દિવસ લક્ષ્મણે હિંમી નજર કરીને સીતાજીનું મુખ યાને બીજાં અંગો નિરખેલાં જ નહિ. માત્ર માતા તરીકે દર્શન કરવા જતો અને પગ ઉપર પુષ્પો ચઢાવતો ત્યારે પગ ઉપર રહેલાં અંકર એણે જોયેલાં. તેણે એથી એની યાદી આપી.

એ પણ દીવર અને ભોળાઇ હતાં. લક્ષ્મણ જેવા પુરૂષ ઉપર કોની તાકાત છે કે સંદોષતા કલ્પે ? ત્યારે શું લક્ષ્મણ અને સીતા એકાંતમાં નહોતાં રહેતાં ? જરૂર રહેતાં હતાં. બેઉને એકલાં રહેવા દઇ રામ અનેક વખત બહાર ગયા છે, છતાં લક્ષ્મણ એ લક્ષ્મણ જ હતા.

હવે તમારા હૃદયની બીતરમાં ઉતરીએ તો એક તરફ તમે મોટા બંધુ અને ભાભીને ઐક્યવાળાં જોવાં ઇચ્છો છો, બીજી તરફ ભાભીના પ્રેમને છોડી શકતા નથી, ત્રીજી તરફ જેના પ્રેમ વગર તમે ચલાવી શકતા નથી એ ભાભીના પૂર્વજીવનમાં શંકિત કલ્પના તમે જ કરો છો. કારણ કે ભાભી જ્યારે રસ્તા ઉપર ચાલ્યા જતા કોઇ જુવાન તરફ જુએ છે ત્યારે તેમની આંખોમાં તમને વિકારની ઝાંઝા જણાય છે !

એ બધા મુદ્દાઓનો વિચાર કરતાં ત્રણ વ્યક્તિ પૈકી માત્ર તમે મને તો વધારે ગુન્હેગાર જણાઓ છો. મોટા બંધુ ઇચ્છતા નથી કે તમે એમની ધર્મપત્ની સાથે વધુ દૂર લ્યો; ત્યારે તમે ચોરીછપીથી પણ એ કાર્ય કરો છો શા માટે ? તમે નિર્દોષ છો એમ તમે માનો છો એ માટે નહિ, બિરાદર ! ત્યાં જ તમારી એક મંબીર ભૂલ થાય છે. કોઇ પણ સ્ત્રી, પછી તે ભાભી હોય या પાડોશજી હોય તેની સાથે દૂર લેવાની મર્યાદા હોય છે. આપણા

સમાજજીવને મુકરર કરેલી પ્રજાલિકાને તમે જે ઝોળજો તો તમે અરેખર દોષિત છો. જેની સાથે તમે પ્રેમ રાખવા છજો છો તેની સાથેના પ્રેમનો અધિકાર એના પતિનો છે. તમે જે રીતે પ્રેમની ભૂમિકા ઉપર ઉભા રહો છો તે રીતે પતિ નથી રહી શકતા. છતાં તેનો પ્રેમ એ પત્નીને ગ્રાહ્ય છે અને આપનો પ્રેમ એ એક પતિ-વૃતા સ્ત્રી તરીકે એને અગ્રાહ્ય છે. એટલે માફ તો ચોક્કસ માનવું છે કે તમોએ જે રીત પસંદ કરી છે તે છોડી દેવી જોઈએ, અને હમણાં તમે ઉભા છો ત્યાંથી થોડા દૂર ખસી જશો તો જ પતિ પત્ની વધુ નિકટ આવી શકશે.

થડ' કલાસમાં મુસાફરી કરનાર એક પેસેન્જર આખું પાટીયું રોકાને સુધ જાય. અને તેને ખીજા ઉઠાડે ત્યારે તે કહે કે 'ભાઈ હું કેમ સુધ ન શકું? માફ સુધું નિર્દોષ છે, મેં પણ ટીકીટ લીધી છે, હું સુધ જઈશ!'

ટીકીટ કલેક્ટર કહેશે કે 'તમે થડ' કલાસના મુસાફર છો, તમને ગાડીમાં બેસવાનો અધિકાર છે, સુવાનો નહિ. સુવાની મોજ માણવી હોય તો તમે પાટીયું રીઝર્વ કરાવો અથવા સેકન્ડ કલાસની ટીકીટ લ્યો. તમારે માટે બેસવાની જ જગ્યા હોય, ભાઈ! માટે બેઠા થાઓ અને ખીજાને જગ્યા આપો. તમારી ટીકીટ તમારી મુસાફરીની મર્યાદા આંકી છે.'

એ રીતે તમને ભાબી ઉપરના દીયર તરીકના અધિકારની ટીકીટ મળેલી છે. અને એ ટીકીટ સાથે તમને કેટલી છૂટ લેવા છ શકાય તે પણ નક્કી થયેલું છે. એટલે તમે એથી વધુ છૂટ લ્યો એ જ વાસ્તવિક નથી. વળી તમે નિર્દોષતા જાળવી શકો એની પણ કાંઈ બાંધધરી નથી. ભાઈ! વધુ સાફ તો પહેલી તકે એ છે કે એ માર્ગમાંથી તમારે એકદમ ફરી જવું જોઈએ.

ભાઈ અને ભાબીને તમે તમારા પુરુષાર્થથી સુખી નથી બનાવી શકવાના. તમે જે પ્રયત્ન કરવા જશો તો વધુ ખીજાડો કરશો અને ભાઈ-ભાબીને વધુ દૂર બનાવી દેશો.

(૨૦૯) એક યાહુદીલાઇ

અ લાઇ 'બહુરૂપી'ના વાચક છે. તે પૂછે છે: અમારી જ્ઞાતિમાં કુમારી કન્યાને પરણ્યાં પછી સતીછદ (કુમારીની યોનીમાં રહેલો એક પડદો કે જેને કુમારીપટલ કહેવામાં આવે છે) અખંડ હોય અને પ્રથમ સમાગમે એ કન્યાને ખૂન આવે અથવા લોહી નીકળે તો જ તેને કુમારી માનવામાં આવે છે, નહિ તો એ કુમારી નથી એવું ધર્મગ્રંથો ફરમાવે છે. તો શું હરેક પુખ્ત ઉમરની કન્યાને પ્રથમ સમાગમે ખૂન આવવું જ જોઈએ? ન આવે તો તે કુમારી નથી શું?

આપણે આ પ્રશ્નમાં ધર્મગ્રંથોની ચર્ચામાં નહીં ઉતરીએ. પછી તે ગીતા હોય કે બાયબલ. પરંતુ એ જાતના ગ્રંથોમાં જે આજ્ઞા અથવા નિર્ણય ફરમાવ્યાં હોય તો એ ગ્રંથકર્તાએ તેમાં દીર્ઘ દૃષ્ટિ અને શારીરિક વિજ્ઞાનનો અભ્યાસ કર્યો નથી એમ કહી શકાય.

વાત એ છે કે અત્યારે કન્યાઓને જેટલી મોટી ઉમરની કરવામાં આવે છે તેટલી ઉમરની કન્યાઓ આગળ નહોતી થતી. એટલે વયમાં નાની ઉમરની કન્યાઓને આવા પડદા બનતાં સુધી અખંડ રહેતા અને પ્રથમ સમાગમે એ તુટવાથી ખૂન આવતું. પરંતુ પંદર વર્ષ ઉપરની કન્યાઓને ઘણી વખત પછડાવાથી, ખુજલીથી ભાર ઉચકવાથી અથવા કોષ્ટ પણુ સાધારણ અકરમાતથી આવેા પડદો તુટી જાય છે અને અટકાવનો વેગ જોરદાર આવવાથી પણ પડદો રહી શકતો નથી. વળી સમાગમકાળમાં યુક્તિપૂર્વકનો પ્રયોગ હોય તો પણ પડદો ચીરાવાથી લોહી નીકળવાનું બનતું નથી. એટલે સમાગમ વખતે લોહી નીકળવું એ જ પવિત્રતાનું ચિહ્ન માનવામાં આવતું હોય તો તે માન્યતા સર્વમાન્ય સિદ્ધાંત રૂપે સ્વીકારી શકાય નહિ. નિર્દોષ કન્યાઓ પણ આ ન્યાયમાં અન્યાય મેળવી બેસે એ વાત દીવા જેવી સ્પષ્ટ છે.

(૨૧૦) સેવાની શૈયામાં શૂળીદાર કાંટા

સેવાનું ક્ષેત્ર કેટલું વિષમ અને કાંટાવાળું છે તે ‘બહુરૂપી’ના વિશાળ ક્ષેત્રમાં ઝુકાવ્યા પછી સમજવા લાગ્યું છે. ‘રળે વહેમાતા’ પુસ્તકની અઢીસો પ્રત મુંબઈવાળા શેઠ હરીદાસ મીઠારામ તરફથી વહેંચવા માટે અનામત રખાઈ અને તેની જાહેરાત ‘ગરીબોને મફત’ આ હેડીંગથી ‘બહુરૂપી’માં કરી. એ માત્ર ત્રણ અડવાડિયા જાહેરાત ચાલી તેટલામાં તો અઢીસો માગણી આવી ગઈ. જેમના પોસ્ટેજના ચાર આના આવતા તેમને તે ચાર આના પુસ્તકના પેકેટ ઉપર ચોઢી પુસ્તક રવાના થતાં ગયાં. પરંતુ જૂના અંકોમાં એ જાહેરાત જોઈને લગભગ છ મહિના સુધી એની માગણી તો ચાલુ જ હતી. પુસ્તકો ખલાસ થયાં હતાં. એટલે પાછળથી આવનારને સ્ટેપ પાછા મોકલતા. એ જ અરસામાં એક કહેવાતા ગરીબ ભાઈ કહે છે કે તેમણે ચાર આના બીડ્યા છે, પરંતુ તે અમને મળ્યા નથી. નહિતર એમને પુસ્તક અથવા સ્ટેપ પાછા મોકલાત. છતાં આ ભાઈ દર એ ચાર મહિને એકાદ પત્ર લખી પુસ્તકની માગણી કરે છે. એમની એ ઇચ્છા સંતોષાઈ નથી, એટલે છેવટનો પત્ર એ જ ભાઈ કે જેમણે નામ ઠામ સાથે અગાઉ પત્રો લખેલા, તે જ ભાઈ નનામો લખે છે. આખો પત્ર બિભત્સ ગાળો અને એક ઇન્સાનના મોઢામાં કદિ પલુ ન શોભે તેવાં વચનોથી ભરેલો છે.

આમાં દોષ કોનો? આ ભાઈએ મોકલેલ સ્ટેમ્પ મને મળ્યા હોત અને શ્રીમાન હરિદાસભાઈની અઢીસો નકલ ખલાસ થઈ ગઈ ન હોત તો તેમાંથી મેં જરૂર તેમને નકલ મોકલી હોત અથવા તો તેમના સ્ટેમ્પ પાછા મોકલ્યા હોત. પરંતુ તેમના સ્ટેમ્પ મને ન મળે તેમાં મારો શો વાંક? અને પછી આ ભાઈએ પેટ ભરીને ઉભરો-ગાળો-ધમકી-એ બધું એ પત્રમાં ભરી કાઢ્યું! એ ભાઈનું નામ,

ઠામ, ટેકાણું હું જાણું છું અને ઝોળખું છું. અગાઉના પત્રો અને નનામા પત્રો એ ભાષને સ્પષ્ટ કરે છે. એટલે એ બિરાદરને સલાહ એક જ છે કે ડાહ્યા થઇને આપ જેવા ધનથી ગરીબ છો એવા મનથી પણ ગરીબ બની કાઢવ ઉડાડવો રહેવા દો.

બીજા એક બિરાદરના પત્નીએ મારા ઉપર પત્ર લખી પોતાના શરીરના વ્યાધિ માટે સલાહ માગી. તેમને દવા તરીકે એ મહિના સખત સંયમ પાળવાનું મેં ઉત્તર રૂપે લખ્યું. સત્ય સમજતાં બહેને પતિ સામે સત્યાગ્રહનાં પગરણ આદર્યાં અને પતિ એ સત્યાગ્રહ સામે ટકી શક્યો નહિ. એટલે તેણે એનાં શીંગડાં મારી સામે માંડ્યાં અને મજાનો કુલસ્કેપ કાગળ ભર્યો. એનાં પત્નીને બ્રહ્મચર્ય પાળવાની આપેલી સલાહ અને એને કારણે સ્વપત્નીવ્યભિચારના દરવાજે લાગેલી સાંકળનો જવાબદાર મને ગણી આજે ત્રણ અઃ-વાડિયાથી વિચોગી બનેલી શય્યા અને તપશ્ચર્યાના ધખધખતા તાપના અંગારાની ચિનગારીઓ એણે પત્રમાં ઠાલવી. મારી સલાહને લીધે જ તેમની વિષયપિપાસા તૃપ્ત થઇ શકતી નથી! પત્નીને વિષયસુખનું સાધન માનનારા બિચારા પામર પુરૂષ! તેમને મનુષ્ય કહેવા કે પશુ?

*

(૨૧૧) વી. ડી. જોશી-મદ્રાસ

એમ કરોને ભાઈ, સવારના એક શેર દુધ ગરમ મૂકો. એકાદ ઉભરો આવી ગયા પછી નીચે ઉતારો. ઉપરથી મલાઈ મળી આવે તે મોઢા ઉપર રગડો અને દુધ પી જાઓ. સાંજે પણ એમ કરો. ચહેરો ચમકદાર બનશે અને ડાઘાડુઘી નાખૂદ થશે. લોકો જોઈને કહેશે કે વાહ! કેવું સુંદર મુખડું!

*

(૨૧૨) જગદીશચંદ્ર-કલકત્તા

અલો બિરાદર, આપ પૂછો છો: ધોતીયું પહેરવું એ સાફ કે લેંધો પહેરવો ઠીક છે ?

ખરી વાત પૂછો તો ભાઈ મેં તો કાંઈ દિવસ લેંધાનો સ્વાદ ચાખ્યો જ નથી. ધોતીયું પહેરીને ઉમર વિતાવી છે. એટલે લેંધામાં શી મજા છે તે રામજી જાણે-પણ બૂલ્યો-રામજી પણ લેંધા પહેરતા નહોતા. એમણેય વલ્કલ પહેર્યાં હતાં અને રાજ કર્યાં તોય ધોતીયું ને ધોતીયું! અને હું તો કહું છું કે જો વન વગડે ભટકતાં લેંધો રાખ્યો હોત તો તેઓ જ્યાં ત્યાં આવળ બોરડીએ ભરાત નહિ અને તુલસીદાસને વર્ણન કરવું પડત નહિ. ધોતીયું પગમાં અટવાતું અને વારંવાર સંકોરીને સમું કરવું પડતું! ધોતીયું તો ‘બળ્યું’ ધોતીયું બામણનું, કામ કરે છે ડામણનું!’ એ રીતે જોઈએ તો લેંધો મળતો છે. કામદાર, મજદુરવર્ગ, અને મહેનતુઓને પરિશ્રમવાળાં કામકાજ દરમ્યાન વારંવાર ધોતીયાભાઈની સંભાળ લેવો ન પાકવે. એટલે સ્વાલંબી (કેડે તતડાવીને બાંધેલા) લેંધા સરસ છે. છતાંયે લેંધો પહેરવાથી ક્ષત્ત્વ ટળી જતું હોય અને વડીલોની આંખો ચશ્મા પછવાડે એને બદલે ચાર ચંદ્ર જતી હોય તેને મારાથી સલાહ કેમ અપાય કે લેંધો પહેરો ?

*

(૨૧૩) દર્દીલો કવિ ઇનાયતઅલી

કુટલાએક પ્રેમધેલા બને છે અને પાગલપણ આવે છે ત્યારે આપોઆપ કવિત્વ શક્તિ ખીલે છે. જેમ લયલાની પાછળ પાગલ અનેલો મજનુ ગાતો હતો :

‘એ ઇશ્કના અંજલમમાં વનવન ફર્યો, મજનુ બની,
ચીરા પડ્યા ચરણે, છતાં પરવાહ તને મારી નથી.
ઓ હકીમો, જાઓ દુનિયામાં દવા મારી નથી.
ઇશ્કનો બિમાર છું, મને બીજી બિમારી નથી.’

તેમ ઇનાયતઅલી નામના એક ભાઈ નાના મોટા કાગળના ટુકડાં વીશેક લઈ પોતાના શરીરની થયેલી પાયમાલી અને માર્ગ ભૂલેલા દિલથી પત્ર લખે છે. પેનસીલના ઝીણા અક્ષરો અને વર્ણનની ધૂનમાં મુદ્દાઓ તારવ્યા વગર લખે છે. તે સમજવામાં મારો એક આખો દિવસ ગયો. અનેક વખત કાગળોના કકડાને અનુસંધાનમાં સાંધ્યા અને મહા મહેનતે થોડું સમજ્યો. થોડાક ફરરા એમના ઉતારી માર્ગ ખતાવું: છુટાંયેલા ને બરબાદ થયેલાનું સાચું કોણ માને? જગત સ્વાર્થીઓથી ભરપુર છે, લક્ષ્મીના ઓળા ઝરતા હોય ત્યાં ગરીબીની હાંભરી દુનિયા ક્યાં દેખાય?

* * *

મુંઝવણ નિરાશા ને દિલનું ઉંડું હાં કેરી ખાય છે,
શ્વાસનળી રૂંધાય છે, આશ્વાસન દેનારું કો નથી.
હૈયે હોળી ખળે છે પિતાના ઉન્હા નિઃશ્વાસે,
કાળનો પળે પડયો આર્થિક એવી હથા છે.
પત્ની સુમેળ વિનાની ક્ષત ઉપરે ક્ષારપાણી,
ગૃહજીવન કેમ વિતાવું? અધિકારી કાળ રાત્રી.

* * *

અધમ હમ નહિ હાં ભર્યું દિલ ધક ધક વહી રહ્યું,
જગ જગ જોયું નિહાળી, વૈદ્યો અને ડાકટરો સ્વાર્થીની ગંગા.
ભખભખ કાળજી ભખભખે કો અમી સીંચન છે ખરે,
જુગ જુગ જીવે જાહવ-ભગવન ધનવન્તરી સરો એ.

* * *

ભિખારી આર્તનાદે આરજી આળ્યો છે આંગણે,
ન કોડી પાસ, ન ઇજ્જત છે, ન લેખણમાં સહી રહી છે.
નથી કહેતો, ન કહું, શું કહી શકું? ન કહેવાનું છે કોઈ બાકી,
તન હાંથી, મન મલીનતાથી, ખની રહ્યું છે ખાખી,

* * *

ચીનગારી માત્ર તારી એક મળે જો વિચારો પડતાય,
અમર એ બની રહે જો અમૃત કલશમાંનું ઢાળાય.
કલશ પાક દિલના વિચારે કલમે અમર વહી રહે,
વહન કરતી વહેતી ગંગા 'બહુરૂપી' આપી વળે.

બિરાદર ધનાયતયલી ! દુઃખીઆ માનવીઓનાં દિલનાં દર્દનું
મને પુરું લાન છે. તમારી ઉઠાવેલી કલમ દ્વારા પૂછેલા માર્ગમાં
રહેલી પાગલતા તરફ મને જરાએ અણગમે નથી. પરંતુ લાઇ,
આમ વિચારોના તરંગે તરંગી બનશો અને એમાંથી કદાપિ પાગલતા
આવી જશે તો ? તમે જાણો છો કે ધણો તરંગી માણસ છેવટે પાગલ
બને છે. પાગલની પાછળની ભૂમિકાના દર્દને જોવાની દુનિયાને કુરસદ
નથી. એ તો આંગળી ચીંધી, ઇંટોના માર વરસાવવામાં શૂરી છે.
માટે ચિત્તને સ્થીર કરો. તમારા આખા પત્રોના સારાંશ આ છે:
મુંબઇ ગયા, મદિરાત્રેમી અને વેશ્યાગામી બની, વ્યાધિઓને શરીરમાં
દાખલ થવાની જગ્યા કરી આપી, કુટુંબની કન્યા મેળવી, તેમાં
સંતોષ નથી. તમારું દિલ એ જાણી શકતી નથી, પિતા હમેશાં
કાપાયમાન રહે છે. માતા થોડી મમતા ધરાવે છે, પરંતુ શરીર અને
મનના વ્યાધિથી તમે ત્રાસી ઉડ્યા છો. આશ્વાસન અને માર્ગદર્શન
માટે ખૂબ નજર દોડાવી. શીખામણ-આશ્વાસન આપનાર મળ્યા તે
પણ તમારા હાડમાંસમાં રહેલાં થોડાંક રક્તકણોને ચુસવાની ઇચ્છા-
વાળા જ. હવે તમને લાગે છે કે હું ખરો રસ્તો બતાવીશ. એમ જ ને ?

લાઇ, જગતના આપણે પ્રવાસી છીએ. વિટંબણાઓ અને પ્રતિ-
કૂળતાઓ તો આપણી સાથીદાર છે. પરંતુ એથી પ્રવાસને અટકાવી
સ્થંભી જનાર પાગલ નહિ તો મંદ ગતિવાળો ગણાય છે. ધીરજ
ધરી ચિત્તને સ્થીર કરો. મળેલી પત્નીમાં સુગંધ શોધો. ધીરે ધીરે
એને અનુકૂળ બનાવી શકશો. બીજી અને ત્રીજી એમ શોધતાં સાનુકૂળતા
નથી સાંપડતી-એ તો ઇશ્વરીસંકતથી આવી મળે છે. માનવી જ દુઃખમાં
પણ સુખ, અજ્ઞાનતામાં જ્ઞાન અને અધિકારમાં પ્રકાશ શોધી શકે છે.

ખૂબ પ્રકાશમાં જોઇ રહેનાર માનવી તુરત અધિકારમાં જાય છે ત્યારે તેને માર્ગ નથી મળતો. અજવાળાએ આંખો આંજી દીધી હોય છે. પણ અધિકારમાં જો એ સ્થિર થઇને માર્ગ શોધે છે તો આછો આછો ય પ્રકાશ સાંપડે છે અને એ ગતિમાન થઇ શકે છે.

હાથ ઝાલીને ચલાવનારે કેટલાં ડગલાં તમારી સાથે આવવાનો છે ? હરેક મનુષ્યે પોતે પોતાના પગ પર ઉભાં રહેતાં શીખવું જોઇએ, અને પોતે જ ચાલે તો આગળ વધાય. પરાવલંબી બનવું એ શ્રેયસ્કર નથી અને એમાં મજા પણ નથી. ભાઇ, ગર્ભશ્રીમતો, બાપકમાઇદારે અને બેઠી આવકાથી રાચતા ધનવાનો તરફ નજર ન કરશો. એમાં તો 'ઉપરકી અચ્છી ભિતરકી રામજી જાણે.' તેને એક બાજુ રહેવા દો. કોઇની દયા ચાચવામાં મજા નથી. પુરૂષાર્થ કરો, આગળ વધો અને જે કાંઈ મળે તેનાથી સંતોષ અનુભવો.

**उत्तमम् स्वार्जितं वित्तम्, मध्यमम् पुत्रार्जितम्,
कनिष्ठं भ्रातृवित्तं च, स्त्रीवित्तं अधमाधमम्.**

મારો તો ખાસ અનુભવ છે. ધનવાનો પાસે તમે કદિ પણ ચાચશો નહિ. એમનાં દિલમાં દયા નથી, ગરીબો પ્રત્યેની મમતા નથી, બીજાનાં દુઃખોની પરવા નથી. એમનો પૂર્ણિમાનો ચંદ્ર સદાયે ખીલેલો રહેવાનો છે ! એ વૈભવો અને મોટર-મહેલાતો ચાવત ચંદ્ર દીવાકર સુધી લખાવી લાવેલા હોય છે ! માટે વચનના જૂઠા અને વિલાસી માનસવાળા ધનવાનો તરફ નજર ન કરો. પસીનો વાળી રોટલો પેદા કરશો તેમાં જ અમૃતની મીઠાશ ભરી હશે.

ભલે, મારી પાસે આવવાના છો તો જરૂર આવો. તે વખતે રૂપરૂપમાં જ સમજાવીશ. ખર્ચે કહું તો હજી પણ તમારા આટલા વિશ્વાળ પત્ર ઉપરથી તમને સમજી શક્યો નથી. જેટલું સમજ્યો તેટલાનો પ્રત્યુત્તર પાઠવ્યો છે. સંતોષ નહિ મળે તો રાહત તો જરૂર મળશે.

(૨૧૪) સંશયાત્મા-પત્નીયઃ

આ ભાષ બહુ જ ઇતેમરી પૂર્વક નીચેની બિના ઉપર પ્રકાશ પાથરવાને પત્ર લખે છે. એમની માગણી ઉવેખી શકાય તેમ નથી. એમના શબ્દોમાં જ આપું. એ ભાષ શરૂઆત એક કાવ્યની કડીથી કરે છે :

‘ દીવેા ધરેા, હો દીવેા ધરેા,
ભૂદ્યાને સતપથ દીવેા ધરેા.

‘ મારી મુંઝવણનો સવાલ આપ મહાશયને મોકલું છું. આપને યોગ્ય લાગે તો ‘બહુરૂપી’માં એ બાબત પ્રકાશ પાથરશો.

‘ ધરેા કે એક જ નામનો માણસ છે અને તે પરણેલો છે. તેની પરિણિતાવસ્થામાં પ્રારંભમાં તેની ધર્મપત્ની તેના તરફ બહુ જ પ્રેમભાવ દર્શાવે છે. પરંતુ કેટલાક સમય બાદ તેની પત્ની જ નામના એક માણસ સાથે પ્રેમ કરે છે અને વ્યભિચાર પણ કરે છે. એ રીતે જ સાથે વ્યભિચાર કરતી હોવા છતાં, જ નામના પોતાના પતિ સાથેના પ્રેમમાં લેશ માત્ર ક્ષતિ આવતી નથી. અર્થાત્ સહભાવ પહેલાનાં જેવો જ છે. તો આ બાબતમાં અને કાંઈ પણ જાતનો વાંધો હોઈ શકે ? સિવાય કે સતીત્વની આર્થ ભાવનાનો.

‘ આ સવાલનો જવાબ સિદ્ધાંતની દૃષ્ટિએ આપશો. પ્રયોગિક દૃષ્ટિએ નહિ. આ પ્રશ્નનો જવાબ આપી માર્ગદર્શન કરાવશો કે જેથી હું જ નામનો માણસ જે મારો મિત્ર છે તેને વંચાવી તેની મુંઝવણ ટાળી શકું. પ્રભુ આપને જનતાની નિઃસ્વાર્થ સેવા કરવા માટે દીર્ઘાયુ બક્ષે એવી પ્રાર્થના. ’

હિંદની સંસ્કૃતિના આદિ કાળથી ઇતિહાસ તપાસીએ છીએ તો એક સુર સંભળાય છે: ‘પતિવ્રતા અને પતિવ્રતધર્મ.’ બહા

ચતિવૃતા એ શું સ્ત્રીઓનો સ્વાભાવિક ગુણધર્મ છે કે સમાજે જોર-
 શોરથી એ બધા લાદી લીધું છે ? સ્ત્રીનું પુરુષ પ્રત્યેનું દિલવહન
 એ તો જાણે એક સ્વાભાવિક ગુણ છે. નારી અને નર એકબીજાં
 તરફ ખેંચાય છે અને નજીક જાય છે. તેની સાથે નજીક રહેવા,
 એકબીજાને મળી જવા પ્રયત્ન કરે છે. આ માત્ર મનુષ્યજીવનનો
 સ્વભાવ છે એમ નથી, પરંતુ પશુઓ, પક્ષીઓ અને જીવજંતુઓ
 પણ જોડાંરૂપે રહે છે, ચઢાય છે, પ્રેમ કરે છે. અથવા એમ કહીએ
 કે પરિશિત જીવન વિતાવે છે. દિલનું વહન એક દિશા તરફ વહી
 રહ્યું હોય તેને દ્વિધા થવાનું સંભવિત નથી, અને જો દ્વિધા થયું
 તો જે તરફ વહી રહ્યું હોય ત્યાં તેને કાંઈક અથડામણ કે આડ-
 ખીલી હોય એમ લાગે છે.

પાણીનો એક વહેણો જમીન પર પોતાનો માર્ગ કરી વહી રહ્યો
 છે. તેનું વહન એકધારું છે. વચમાં પથ્થર, પહાડ, ટેકરા કે ક્ષેપક
 પદાર્થ નથી આવી પડતો, તો જો માટે વહન બદલાય અથવા દ્વિધા
 આવે ? અને જો થયું છે તો પછી નિયત માર્ગથી દિલ બીજે
 લાગવાને કાંઈ કારણ જરૂર છે.

આ પ્રશ્નને માટે આપણે શાસ્ત્રોના દાખલા વચમાં ન લાવીએ
 અને સિદ્ધાંતની દૃષ્ટિએ જોઈએ તો સ્ત્રીઓનાં દીલ દ્વિધાવાળાં ક્યારે
 અને છે ? તેનાં ત્રણ કારણો મુખ્ય છે: (૧) પુરુષ પુરુષત્વહીન અથવા
 ઝોછપવાળો હોય તો. (૨) જોઈતાં સાધન-સાહિત્ય, વૈભવવિલાસ,
 રાગરંગની હિણુપ નહિ નિભાવી શકનાર વામા બીજે મીટ માંડે છે.
 (૩) બન્ને બાજુની પુરતી હોય તો પણ વિચારો અને વર્તનની
 અસામ્યતાને લીધે પણ સ્ત્રી વિષયગામિની અને છે. વિચારો અને
 વર્તન બન્ને સારાં પાત્ર બરાબર ઝીલી શકતું નથી એમ લાગે
 છે ત્યારે સ્ત્રી બીજે પ્રેમ કરે છે.

પૂ. ૨૨

અ નામના માણસમાં કોઈ ખોટ નથી, ખામી નથી, ઉણપ નથી, તેને તેની સ્ત્રી પૂરા પ્રેમથી ચઢાય છે, અરસપરસ એકદિલી છે, તો પછી એ સ્ત્રીનો જ નામના પુરુષ સાથે પ્રેમ શા માટે ? એ એક ન નિવારી શકાય એવો પ્રશ્ન ઉભો થાય છે. એ પ્રેમ કેમ, કેવા સંજોગોમાં અને શા કારણે થયો ? શું એ પ્રેમની પાછળ મત જીવનની કોઈ ગાથા સમાયેલી છે ? કે જ્યાં એ બાંધ કાંઈ વિશિષ્ટતા બુદ્ધિ છે ? અને એ વિશિષ્ટતા અમાં નથી એ કારણે શું એ સ્ત્રી જ માંથી તેની પુરતી કરી લે છે ?

અને જો એમાંહેનું કોઈ પણ કારણ નથી, પરંતુ સ્વાભાવિક ખેંચાણે જ સાથે તેની દિલસગી થઈ છે, તો પછી એ જ સ્ત્રીને આવતી કાલે કોઈ જ સાથે કેમ જોડાણ નહિ થાય ? અને પછી અ પ્રત્યે, જ પ્રત્યે ને જ પ્રત્યે પુરતી મમતા, સરખો પ્રેમ અને સાચું દિલ એ બતાવશે, તો પછી એ સ્ત્રીમાં અને મુખપના ગોળપીઠા ઉપર રહેતી પડપાઉડર લગાડનારી નારીમાં ફરક કેટલો ને કેવો ? અને પછી છૂપા વ્યભિચારની વ્યાખ્યા આ સ્ત્રીની ઉપર ન લગાડીએ તો બીજે ક્યાં અને કોના ઉપર લઈ જઈ મૂકી શકાય ?

હિંદની સ્ત્રીઓ આવી રીતે દિલના આવેગોને માર્ગ આપે તે કરતાં તો વિદેશી સ્ત્રીઓ વધુ વખાણવા લાયક ગણાય. ત્યાં અ સાથે લગ્નગાંઠથી જોડાયા બાદ જ પાછળથી મળી આવે અને જો ત્યાં દિલ લાગે તો એ સ્ત્રી અ સાથે છુટાછેડા કરાવી લે !

પરંતુ અ અને જ એક સાથે એક સ્ત્રી ઉપર પ્રેમ કરે છે અને અપનાવે છે, તેમાં પ્રાણુવિનિમય, વિચારવિનિમય અને રક્તકણુવિનિમયનું સંકરત્વ ઉભું થાય છે. એ નારીએ ઉત્પન્ન કરેલી પ્રજા એ ક્યા પિતાની હોઈ શકે ? તેમાં કોનાં રક્તકણો વધુ પ્રમાણમાં હોય ? એ પુત્ર કોનો ગણવો ? નાગરનો કે સાગરનો ? અને પછી વર્ણસંકર પ્રજા ક્યાં શોધવા જવી ?

હું તો આ સ્ત્રીને વેશ્યાથી પણ વધુ પતીત ગણું. ભલે બીજી નજરથી જોનાર આ બાબતને વધુ ગુનાહિત ન ગણે. પરંતુ એક મિયાનમાં બે તલવારો કદાપિ સમાતી નથી.

ત્યારે એક પ્રશ્ન ઉદ્દશે: પુરૂષ એક સાથે બે સ્ત્રીઓ સાથે માટે અપનાવી શકે? ગુનાહિત તરીકે તો પુરૂષ પણ સરખો જ જવાબદાર અને અપ્રામાણિક છે. છતાં કુદરતે જ તેનો ગુન્હો એક રીતે હળવો બનાવ્યો છે. કારણ કે એ દાતા છે, સ્ત્રી ભોક્તા છે. ઉડાડેલી ધૂળ જેની ઉપર પડે છે તેને વધુ અપવિત્ર બનાવે છે. ઉડાડનારનો માત્ર હાથ ખરડાય છે, જેની પર પડે છે તેનું સર્વાંગ ખરડાય છે. હાથની સફાઈ કરતાં સર્વાંગને જેટલી વધુ વાર લાગે છે, તેટલું જ સ્ત્રી અને પુરૂષના વ્યભિચારીપણાની બાબતમાં સમજવું જોઈએ.

મને તો લાગે છે કે અગ્ને પહેલાં પોતાની ઉણપ તપાસી જઈ જ્યાં જો મળતું હોય તે પોતાનામાંથી મળે એવો પ્રયાસ કરી કલેજે કરીને પત્નીના દિલના થયેલા દુકડાને સાંધી, એક તરફ વાળવું જોઈએ. બાકી વ્યભિચારની બાબતમાં ગમે તેટલી સુંદર હોય, એ પ્રેમના રૂપમાં પરિણમતી હોય, તો પણ આખરે વ્યભિચાર એ વાસ્તવિક વ્યાપાર નહિ બની શકે. બાકી જો ભર્તૃહરિનાં વચન સંભારીએ તો:

હું જેનું ચિંતન કરું છું તે પિંગળા મારાથી વિરક્ત રહે છે અને અન્ય (દાણીયા)ને ચાહે છે. એ (દાણીયા) તે (પિંગળા)ને નથી ચાહતો, પરંતુ બીજી (વેશ્યા)ને જ ઇચ્છે છે અને બીજી (વેશ્યા) મારા ઉપર પ્રેમ કરવા ધારે છે! એટલે ચિંતાર હો તેને, તેણીને, મને અને કામદેવને!

(૨૧૫) વિજયવંતી બહેન-મુંબઈ

પત્ર મળ્યો, બહેન ! આપના પત્રમાંથી થોડાક ફકરા ઉતારીને પછી તેનો ખુલાસો કરીશ !

‘ વૈભરાજ, શું આપ ખરેખર માનવકલ્યાણની ભાવના દિલમાં રાખી, શરણાગતના સુકાયેલા સમુદ્રમાં મીઠી વીરડી નીપજવો છે ? તો પછી આપની આ દુઃખી આર્ત પુત્રી પિતાની પાસે વાત્સલ્યથી ભરેલો માર્ગ માગે છે તે આપશો ને ?

‘ હું કાલેજમાં અભ્યાસ કરતી હતી. ખીલતી જુવાની અને યૌવનની મદભરતી ભરાતી જતી હતી. એ વખતે એક યુવાન કાલેજનું સાથે પ્રેમ પેદા થયો. ખીજા રૂપમાં કહું તો હૃદયમાં જલતી જ્વાલાની ચીનગારી રોપાઈ. છતાં હું શરીરસંબંધથી કદાપિ બંદ થઈ નથી. અને એ મારી સમ્યાઈ હું ખરા દિલથી રજુ કરું છું. આપ માનશો ? કદિ પણ નહિ માનો.

‘ પ્રેમધેલી બનેલી કુમારિકાઓ આજે અરણ્યમાં જલતા મૃગજળને સાચાં માની તૃષ્ણા છીપાવવા દોટ મૂકે છે. તેના કુમળા માનસમાં એ સંકલ્પ સ્ફુરતો નથી કે થોભી જ, દંધેલી ! સમાલ, આતપભૂમિની ઉષ્ણ જ્વાલાને જળનાં સરોવર નહિ કલ્પતી !

‘ એ દશા મારી હતી. ‘મે’ એક પ્રેમમસ્તીને પત્ર એ યુવાનને લખ્યો. શું લખ્યું એ આપને લખી આપના પવિત્ર આત્માને નહિ છ’છેહું. માત્ર એટલું કહીશ કે એ પત્રમાં ‘મે’ સ્વત્વ ગુમાવી દીધેલું.

‘ સમય વિત્યો : માતા, પિતા, કુળમર્યાદા નજર સામે આવવા લાખ્યાં. ઇંટર કલાસનો અભ્યાસ કર્યા પછી કાલેજ અને કાલેજના જગતથી અળગી બની. બાવીશ વર્ષની ઉંમરે એક જ્ઞાનદાર યુવાન સાથે મારાં લક્ષ્ય થયાં. એને વર્ષ વીતી ગયું છે, પતિ દિલનો દિલાવર, ખાનદાન અને પત્નીને સાચી અર્ધાંગી સમજનાર મળ્યો છે. આજે હું એનામાં સમાઈ ગઈ છું. મારું જગત અને જીવંતી એને ચરણે મેં ફર્યા છે. હું મને ભાગ્યશાલી માનું છું.

‘ પરંતુ દેવ, હવે જ મારા ગુલાબની પતીમાં ખુશ્બતા ત્રીશલની કચની કહું છું અને એના જ દુઃખે હું આપને શરણે આવી છું.

‘મારી કાલેજીવનની સ્થિતિમાં જે યુવાને મેં પ્રેમપત્ર પાઠવેલો તે તેણે સંધરી રાખ્યો છે. મારાં લક્ષ્ય થતાં સુધી એણે કોઈ પણ પ્રકારની ઉપાધિ કરી નથી. પરંતુ લક્ષ્ય થયા પછી એ યુવાને મારા ઉપર તીરંદાજી આદરી છે. એ હમણાં હમણાં મને વારંવાર પત્ર લખે છે અને આગળનો પ્રેમ નિભાવવા દયાણુ કરે છે, મારી પાસે પૈસા માગે છે અને મારી મુશ્કેલી વધતી જાય છે. જો હું એની ઇચ્છાઓને સંતોષું નહિ તો તે મારો પત્ર મારા પતિ સમક્ષ આડકતરી રીતે રજુ કરીને અમારા સ્વર્ગીય જીવનમાં વિષ ઢોળવાની ધમકી આપે છે. આ દુઃખ છ મહિનાથી હું સહી રહી છું. આજ સુધી કોઈ આ હકીકત જાણતું નથી, મારાથી કહી શકાતું નથી, મારો પત્ર તેની પાસે છે તે સત્ય છે અને તેનું લખાણ મારા પતિની નજર સામે જતાં અમારાં હૃદયસંધાન અને પરસ્પરનો જીવનમેળ કલુષિત થવાની મને બીતિ છે. હું કબૂલ કરું છું કે લક્ષ્ય પહેલાં હું મનથી પવિત્ર નથી રહી શકી. પરંતુ શરીરથી સંપૂર્ણ પવિત્ર છું એ ઇશ્વરસાક્ષીએ કહું છું.’

‘દયાળુ દેવ, મારે શું કરવું? હૃદયમાં ખુંચેલો આ કોટો મને એવેન બનાવી રહ્યો છે. મને કોઈ માર્ગ સુઝતો નથી. એકાદ એ વખત મારો પત્ર પાછો આપવા મેં તેને વિનંતિઓ કરી-કરાવી, પરંતુ એનો અર્થ એ થયો છે કે એ વધુ જોરથી મારીપર ત્રાસ વરતાવવા લાગ્યો છે. ખરી રીતે તો મારા ગુન્હાનો બદલો જ મને મળે છે. મારા પાપના ત્રાયશ્વિત્ત રૂપે હું શોષાઈ રહી છું. પરંતુ આમ જીવન બિતાવવું એ મને મુશ્કેલ લાગે છે. એવો કોઈ રસ્તો બતાવો કે હું નિર્ભય બનું. પત્ર જેની પાસે છે તેને ધાક, ધમકી કે લાલચ આપવી નકામી છે. એટલે આપ સરલ ઉપાય સુઝડો કે જેથી હું સુખી બનું અને મારા અંતઃકરણની આશીષો આપની તરફ વર્તાવું. દુનિયામાં વિશ્વસનીય સ્થાન મેં આપનું માન્યું છે. કૃપા કરી મને ઉવેખી નહિ નાંખશો. નહિતર હું હતાશ થઈ જઈશ.’

વિજયવંતી ! હતાશ ન બનો, બહેન ! શાંતિ રાખી માર્ગ શોધો. તમારાથી એક ન નિભાવી શકાય એવી ગંભીર ભૂલ થઇ છે. પરંતુ ભૂલ કરનાર ભૂલને ભૂલ રૂપે જોતો જ નથી. અને જો ભૂલ રૂપે એ જોઇ શકે તો એ ભૂલ કરે જ નહિ. એથી જ તત્ત્વચિંતકો કહે છે : ‘મનુષ્ય ભૂલને પાત્ર છે.’

તમે જે ભૂલ કરી તેનો ઠપકો આપી; તમને વધુ વ્યથિત કરવા માગતો નથી. પોતાની ભૂલનું ફળ તો આપ સહી રહ્યાં છો. આજની કુમારિકાઓ ‘ધી લવ!’-‘ધી લવ’ની હેલિકા તરફ વહી રહી હોય તે વખતે તમારો કિસ્સો જાણીને પણ પોતાના પગની ગતિ થોડીક હળવી બનાવશે, થોડોક આંચકો અનુભવશે, તો પણ હું માનું છું કે કોલેજીયન જગતમાં તેમનાં મદ્યેલાં-મોહ્યેલાં ચક્ષુઓ ખુલ્લાં બનશે.

આજના છુટછાટવાળા અને સ્વતંત્ર બનતા જતા જીવનમાં આવા કિસ્સાઓ પડદા પાછળ અનેક બનતા રહે છે. પરંતુ ઘટાયેલા અગ્નિમાંથી એકાદ તણખો ઉપર તરે છે ત્યારે જ કંઇક આંખો ચમકી ઉઠે છે.

બહેન, તમારે માટે મને તો હવે એક જ માર્ગ સુઝે છે. તે કપરો છે. છતાં હું સત્ય માનું છું અને એ સત્ય તરફ જવા તમને પ્રેરે છે. મને વિશ્વાસ છે કે એનું ફળ તમોને હાનિરૂપ નહિ નીવડે.

તમે પેલા અધમ વૃત્તિના યુવાન સાથે એક વાર મનથી પ્રેમ કર્યો છે, દેહથી નહિ, એ કેવળ સત્ય છે. એ પ્રેમ વખતે તમારી દૃષ્ટિ એક જ માર્ગે દોરાયેલી હતી અને તમોએ પત્ર લખેલો તે પણ સત્ય જ ઘટના છે. એ પત્ર જાહેરમાં આવતાં અને ખૂલ્લો પડતાં તમોને વધુમાં વધુ હાનિ તમારા પતિ તરફથી છે એમ તમે માનો છો અને એ ખોટું પણ નથી: પુરૂષત્વથી વિભૂષિત હરેક મનુષ્ય પત્નીને પવિત્ર જોવા અને માનવા હરેક ભોગે આતુર હોય છે.

માતા, તું જાણે છે કે કોઇ પણ વિષયને આપણે જોડેલો વધુ વખત નિભાવીએ છીએ તેટલો જ તે વધુ ભયંકર બને છે. દુષ્કાળની આગાહી કરતાં દુષ્કાળનું વહન હળવું હોય છે એ અનુભવીઓની યાદી છે.

પકડાઇ જવાની ભીતિવાળો ગુન્હેગાર જ્યારે ચોરીછુપીથી ભાગતો ફરતો હોય ત્યારનું તેનું મન-બદન અને ગુન્હા સાથે સ્વયં મેળવેટ્ટે. સામે રજૂ થનારનું મન-બદન અલગ રહે છે.

એક સુંદર મોકા બેઠને શાંત ચિત્તે અને અસત્યથી રહીત સત્ય થટના તું તારા પતિ પાસે શા માટે રજૂ ન કરે ? રજૂ કરવાનો સમય અને તે વખતનું સ્થાન એક અકલ્પિત બયથી તારા ઓષ્ટ અને હૃદયને ધ્રુજાવી મૂકશે, છતાં ઇશ્વર સત્યનો બેલી છે એ ન ભૂલીશ. જો તે તારા પવિત્ર આત્માને મન, કર્મ, વચનથી એક જ મંદિરમાં સ્થાપી દીધો છે, દેહથી તું પવિત્ર છે, જીવનની ગત ગાથાનો તને પશ્ચાત્તાપ છે, તો તું ખરેખર એક પૂર્ણ પવિત્ર ચંદ્રમાની રાત્રિ છે અને એ તારા સાચા તેજપુંજના પ્રકાશમાં, તારો પતિ ખરો મર્દ હશે તો સ્નાન કરી લઇ તારી અલ્પ બૂલની જરૂર માણી આપશે.

જરીએ સંકોચ કરીશ નહિ, કશી વાત છુપાવીશ નહિ. પેલા યુવાનના પત્રો પતિ પાસે તું જરીએ બય વિના રજૂ કરી દે. કાલેજમાં શું બન્યું તે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં સંભળાવી, બૂલનો પશ્ચાત્તાપ વ્યક્ત કરીશ તો તારા પતિની તારા પ્રત્યેની મમતા જરીએ ઓછી નહિ થાય. દેવી, પુરૂષો ક્યારેક મનની બૂલોને નીલાવી લે છે અને એટલી ઉદારતા તેમનામાં જરૂર હોય છે.

આ સિવાય ખીજ રસ્તાના પ્રયત્નો તને વધુ ઉદ્વિગ્ન માર્ગ તરફ લઇ જશે, છુટવાના માર્ગો તને બાંધી લેશે અને છુપો તરફડાટ તને વધુ દોષિત બનાવશે. ભગવતી, કૃષ્ણ ઇશ્વરને આધીન રાખી, સાચા માર્ગ તરફ જ, જરૂર સુખી થઇશ, અને પછી પતિ પાસે કદાપિ તારો પ્રેમપત્ર આવી પડશે તો પણ પતિના હૃદયમાં ખળભળાટ મચાવનારો એ બોમ્બગોળો નહિ બને. માત્ર એ એક હલેસું જ જ્યારે ત્યારે બનશે. એકાદ આદિલન જગાવી એ સદાને માટે સમાધ જશે.

(૨૧૬) મર્કટ મનનો બાલક

બાલક, તારા પત્ર મળ્યો. ફાડી નાંખતો હતો, પણ મને લાગ્યું કે તું જવાબની કાગડોળે રાહ જોઈશ, અને તારો પત્ર તો ટોપલીને સ્વાધીન થયો હશે !

તને જવાબ ક્યા શબ્દોમાં આપું ? એવા કડક શબ્દો હું લખી શકતો નથી કે જે સીધા તીરની માફક ભોંકાય !

રસ્તે ચાલતાં સ્ત્રીઓને નિહાળતાં તારો કામદેવ તને સતાવે છે. એનો ઉપાય હું શું બતાવું ? પારધીનાં તીર સામે, કિલ્લોલ કરતા પક્ષીને ક્યાં ખચર છે કે મારો પ્રાણ તીરની તિક્ષ્ણ અણ્ણીથી સદાને માટે વિલીન થવાનો છે ! હિંદના તારા જેવા યુવાનો આ તરફ જ વહી રહ્યા છે ! કમલાગ્ય છે દેશનું અને બાલકો ઉપર કુસંસ્કાર નિપજવનાર કુટુંબોનું ! અણુછાજતા વિનાશી વિચારોના વમળમાં તણાતા મારા દેશના ખીલતા યુવાનોનાં માનસ ન્યારે ડામર જેવી કાળાશથી લીપ્ત થશે ત્યારે હિંદની સંસ્કૃતિ અને પ્રાચીન સુસંસ્કારિતા કેટલે દૂર જઈ પડી હશે ? જવા દે, બાળક યુવાન ! અમિતી સમીપે જવું ! શા માટે તું તારા હીર, નર અને જીવનનું સત્યાનાશ નિપજવવા, ચટરની ગંદી બદ્ધો તરફ વહી રહ્યો છે ? જેનામાંથી તું જગતમાં પગરણ કરી શક્યો છે, એ પણ સ્ત્રી જ છે. તો તું તમામ પરસ્ત્રીઓને માતાની ભાવનાથી શા માટે નથી જોતો ? વીરા, ખાટલાની ધસ અને ઉપજાવ્યેનો માંકડ બની ચપ્પીમાં ચોળાવાની ઇતેબરી છોડ અને મનુષ્યના ઉચ્ચ સંસ્કાર તરફ મીટ માંકડ દયામય ઇશ્વર તારું કલ્યાણ કરશે. સદ્બુદ્ધિ આપે તને જગતનો નિયંતા ! વિશેષ તો શું લખું ?

(૨૧૭) પ્રમેહથી પીડાતા અકબરઅલી-મુંબઈ

પુરમાનો વ્યાધિ ચેપી છે, ભાઈ ! એનો ઉપાય ‘અહુરૂપી’માં ખતાવું એ તમારી ઇચ્છા છે. પરમે એક જ ઉપાયથી મટતો નથી. કારણ કે પ્રમેહ જુદા જુદા રૂપમાં જુદી જુદી રીતે થાય છે. પ્રાથમિક અવસ્થાનો પ્રમેહ અને જીર્ણ રૂપ (જુનો થયેલો)નો પ્રમેહ એ બન્નેની સારવાર અને ઉપાયમાં ફરક છે. માત્ર પ્રમેહનો ઉપાય લખવાનું કહીને માર્ગ પૂછવો એ ઠીક નથી. છતાં આપને ‘રખે વહેમાતા’ પુસ્તક વાંચી જવાની ભલામણ કરું છું. તેમાં પ્રમેહના વ્યાધિની સંદર્ અને સચોટ ચર્ચા કરી છે, ઉપાયો અનેક ખતાવ્યા છે. એમાંથી જાણવાનું તથા ઉપાયો આદરવાનું ધણું સહેલું અને સસ્તું છે. ગરીબોને ભારે ન પડે તેવા સરલ ઉપાયો આપ જાતે એ પુસ્તક ઉપરથી મેળવી શકશો.

*

(૨૧૮) પ્રેમચંદ શાહ—અમદાવાદ

મગજ ભરવાનો ઉપાય મારો છે. લ્યો ત્યારે બિરાદર, જરૂર કરજો હોં. ખરેખર અજમાવવા જેવો અજબ ઉપાય છે :

કોપરું તો. ૨, બદામ નં. ૪, એલચી દાણા ૨. અરધા શેર દુધમાં ટોપરું વાટો અને બદામ પણ વાટો. જેટલું બારીક બનાવશો તેટલું સારું. અરધા શેર દુધ સાથે વાટીને તૈયાર કરેલ બદામ ને ટોપરાને કપડાથી ગાળી લઈ અંદર એલચી વાટીને નાંખો. જરીક સાકર નાંખશો તો પણ વાંધો નથી.

આ એક ઉંચા પ્રકારનું દુધીયું છે. સવારના પી જાઓ અને દરરોજ પીઓ. એકાદ બે મહિના લેશો તો મગજ ભરાશે, આંખોએ અમી આવશે, ઉપરાંત શરીરનું વજન વધશે. એ આપણું અનામિષીઓનું ઉંચા પ્રકારનું કોડલીવર ઓછલ છે, સમજ્યા ને ?

ખીજો બ્રશ્મ આંખ સામે કાળાં તીમીર દેખાય છે એ માટે ડોક્ટરે કહ્યું કે એ તો તમારો વહેમ છે ! હું કહું છું કે ના એ

રાગ છે. વૈદકશાસ્ત્રમાં એને તીમીર કહે છે. આંખ ખુલી હોય ત્યારે નાનાં બિંદુઓ કાળાં આંખ સામે તરતાં જણાય છે. એ માટે ઉપાય છે : આંતરડાની ગરમાઈ દૂર કરવા ત્રીકાળાં રોત્તે ફાંકા અને ચોખું એરંડીયું (દીવેલ) આંખમાં આંખે. થોડો વખતમાં દૂર થશે.

*

(૨૧૯) સોમાલાલ-કંજરી

પત્ર મળ્યો. આપનો પ્રશ્ન છે કે હરીફાઈને જુગાર અથવા લોટરી કહી ન શકાય ?

જુગાર-લોટરી અને હરીફાઈમાં ભેદ છે. લોટરીની એક ટીકીટ લીધી. પછી કશું કરવાનું રહેતું નથી. ભેગી થયેલી હજારો-લાખો ટીકીટો-માંથી જેની ટીકીટ સહુથી પહેલી ખેંચાય તેને પહેલું મોટામાં મોટું ધનામ મળે. પાનાં, પાસા કે ચક્કર આદિ જુગારમાં પણ એવું જ છે. તેમાં તમારી શુદ્ધિ કે યત્નને સ્થાન જ નહિ.

હરીફાઈમાં એમ નથી. આંકડાની હરીફાઈ હું જોઉં છું. તેમાં મને બહુ શ્રદ્ધા નથી. તેમાં ખાસ શુદ્ધિની કસોટી પણ નથી. જુદી જુદી રીતે ફેરવીને આંકડા જુદા જુદા ખાનામાં મૂકવા જેટલી જ તકલીફ લેવાની. એમ કરવાથી ઝાઝાં પ્રવેશપત્રો ભર્યાં હોય તે માંહેનું એકાદ કદાચ ખરું પડી જાય.

પરંતુ શબ્દચોરસની હરીફાઈમાં એવું નથી લાગતું. ‘બહુરૂપી’માં શબ્દચોરસની હરીફાઈ પ્રગટ થાય છે તે હું જોઉં છું. હું તેમાં ભાગ લેતો નથી, પણ તેની ચાવીઓ વાંચું છું, શબ્દો મેળવું છું. તેની અંદર આપેલી ચાવી ઉપરથી શબ્દ નક્કી કરવાનો હોય છે. તેમાં તમારે તમારા મગજને કસવું પડે છે, શુદ્ધિનો ઉપયોગ કરવો પડે છે, જમાનાને ઓળખવો જોઈએ છે, આસપાસના વાતાવરણનો, દેશ, કાળ, અવસ્થા, માનસનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ છે. એ રીતે પૂરો વિચાર કરીને જે શબ્દ તમે નક્કી કરો તે જરૂર સાચો નીવડે. તમે ત્રણ કે છ પ્રવેશપત્રો ભર્યાં હોય, તેમાંથી એકાદ પ્રવેશપત્ર

તદ્દન ખરૂં કે ઓછામાં ઓછી ભૂલનું મળી આવે; જ્યારે ચાલીશ, પચાસ, સો કે બસો પ્રવેશપત્રો ભરનાર હરીફ પોતાના દૃષ્ટિબિન્દુને કારણે ભરેલા ભૂદા શબ્દોથી ઇનામ મેળવવામાં સફળ ન પાળી બને.

હા, દરેક હરીફાઈના સંપાદકમાં પ્રામાણિકતા હોવી જોઈએ. ગમે તે લેભાગ્ય માણસ અમુક નામ આપીને હરીફાઈ શરૂ કરી દે, તેના સંચાલકનું નામ જાહેર ન કરે તો તેની ઉપર જનતાનો વિશ્વાસ ન બેસે તે સ્વાભાવિક છે. પરંતુ પ્રામાણિકતાપૂર્વક સંપાદિત થતી હરીફાઈમાં ભાગ લેવો તે બુદ્ધિનો વિકાસ કરવાનું, મગજને કસોટીએ ચડાવવાનું, કલ્પનાને ખીલવવાનું, માનસશાસ્ત્રનો અભ્યાસ કરવાનું એક સરસ સાધન છે.

‘બહુરૂપી’માં હરીફાઈ શરૂ થયા પછી અનેક ભાઈ-બહેનો શબ્દચોરસ ભરી મતે પૂછવા આવે છે : ‘વૈધરાજ ! આમાં તમારો શો મત છે ?’ અનેક કુટુંબોનાં સ્ત્રી-પુરુષોને નિવૃત્ત સમયમાં એકઠાં થઈ ‘બહુરૂપી’ના શબ્દચોરસમાં પૂરવાના શબ્દો માટેની ચાવીઓની ચર્ચા કરતાં મેં જોયાં છે. એથી તેમનો નવ-રાશનો સમય ખાલી ખોદણી કે રખડપટ્ટીને બદલે જ્ઞાનચર્ચા અને આનંદમાં જાય છે. તેમાં બધાંને ઇનામ ન મળી શકે એ સ્વાભાવિક છે. તો પણ મોજ તો જરૂર મળે છે, અને કાંઈ વાર મોટું ઇનામ મેળવવાની તક પણ રહે છે. એટલે હું માનું છું કે વિશ્વાસપાત્ર, પ્રામાણિક અને પ્રતિષ્ઠિત સંચાલકની દેખરેખ નીચે ચાલતી ચાવી શબ્દચોરસની હરીફાઈમાં વાંધો નથી. તેને જુગાર કે લોટરી કહી શકાય જ નહિ.

કંઈ હરીફાઈમાં ભાગ લેવો યા ન લેવો એ તો હરીફની પોતાની મરજીની વાત છે. એટલું ખરૂં કે એક હરીફ દરેક વખતે કાંઈ પણ હરીફાઈમાં ઇનામ મેળવી જ શકે એવું બનતું જોવાનું નથી; પરંતુ આનંદ, જ્ઞાન અને બુદ્ધિનો વિકાસ તો બુદ્ધિમાન સંપાદક તૈયાર કરેલ શબ્દચોરસની ચાવીઓની ચર્ચા દ્વારા તે જરૂર મેળવી શકે છે.

(૨૨૦) સુશીલા બહેન-મસોકો (આક્રિકા)

પત્ર મળ્યો, બહેન! તમારા ત્રણ પ્રશ્નો છે: (૧) શરીર સફેદ છે પણ શીકું જણાય છે, તેને તેજસ્વી અને લાલીમાવાળું કેમ બનાવાય? (૨) ગળું સુરીલું અને મધુર કેમ બને? (૩) પડી જવાથી નાક પહોળું થઈ ગયું છે, તેને સરખું ને સીધું કેમ બનાવવું?

(૧) શરીરમાં જો પુરતા પ્રમાણમાં લોહી હોય છે તો ચામડી તેજસ્વી અને લાલીમાવાળી લાગે છે. સફેદ ચામડીવાળા શરીરમાં ન્યારે લોહીની ઓછપ હોય છે ત્યારે શીકું અને પીળાં જણાય છે. એટલે તમારા શરીરમાં લોહીનાં રજકણો લાલ વધારે થાય અર્થાત્ લોહનાં તત્ત્વો શરીરમાં વધે તેવા પદાર્થો અથવા દવાઓની જરૂર છે.

આપણા ચાલુ ખોરાકની ચીજોમાંથી લોહ વધુ પ્રમાણમાં ફેરી, ટામેટાં, તરબુચ, સુકો મેવો અને પાંદડાંવાળાં શાકભાજીમાંથી મેળવી શકાય છે. એટલે એવા પદાર્થો આપ વધુ પ્રમાણમાં લ્યો. એથી લાલાશ શરીરમાં આવી જશે. દવામાં મંકુરભરમ, લોહભરમ અથવા અબ્રકભરમ એ ત્રણમાંથી એકાદ દવા બે રતી દર વખતે એટલા જ પીપરના બારીક ચૂર્ણ સાથે મધમાં ચાટવાથી લોહીનાં રજકણો વધુ લાલ બને છે અને તેજસ્વીતા આવે છે. આવી દવાઓ ચાલતી હોય ત્યારે દુધ, ઘી, મલાઈ માખણ, વધુ ખાવાં જોઈએ.

(૨) ગળું સુરીલું કે મધુર બનાવવા માટે બહારના લેપાયો કાઢ પણ ગળાને ગાંઠ શકે તેવું બનાવી શકતા નથી. સંગીત અથવા ગાયનની હલક પેદા થવી એ કુદરતી અક્ષિસ છે. છતાં ગળું સાફ થઈ, અવાજમાં કોમળતા લાવવા માટે:

સાકર, એલચી, જેઠીમધ, ઇલમેટનાં ફૂલ, જેઠીમધનો શીશો, આદીયાન એ બધાં સરખા વજને મેળવી પાનના રસમાં શુદ્ધી, ઝાળી

મોઢામાં રાખી, રસ ચુસવાથી ગળું કામળ બને છે. હિંગ, તેલ, મરચાં, સોપારી વગેરે સંગીતપ્રેમીએ ખાવાં ન જોઈએ.

(૩) પડી જવાથી નાક ખેસી ગયું. તેને વૈધકીય ઉપાયોથી સુધારી ન શકાય. એ તો એવું જ રહેવાનું. બહેન ! નાનપણમાં આવેલી ખોટ આટલા વરસ પછી કેમ સુધરે ? કાંઈ સમર્થ સરજન. ઓપરેશનથી સરખાઈ લાવી શકતો હોય તો બલે.

*

(૨૨૧) અમલનેરના હિમતભાઈ

તમે સુકાતા જાઓ છો. તમારા મોટા ભાઈ, માતા, પિતા પૂછ્યા કરે છે કે તમે સુકાતા જાઓ છો ? તમારે શો જવાબ આપવો એ મને પૂછો છો. સાથે હસ્તમૈથુનની આદત છોડી શકતા નથી. તમે જાણો છો કે એ આદત તમને સુકવે છે અને મરદાનગીમાંથી માયકાંગલાપણામાં લઈ જાય છે. હવે તમે શું કરો ? માતા પિતાને કહો કે ' હું મરવાના પયગામ તરફ જઈ રહ્યો છું. જ્ઞાન બુદ્ધિ અને વાચન મને ખોટી આદત છોડવા સમજાવે છે, છતાં હું છોડી શકતો નથી એટલે હું રીખાઈને મરીશ. ' એમ કહી દેવું. ભાઈ ! ખીજું હું તમને શું કહી શકું ? તમારા હાથ ઝાલવા મારાથી થોડું જ અવાય એમ છે ? હું તો વારંવાર પોકારીને કહું છું કે ખોટી રીતે થયેલો વીર્યપાત મનુષ્યને નપુંસકતા, નિર્બળતા અને મૃત્યુ તરફ ધસડનારો છે. માનો યા ન માનો તમારી ખુશી, બિરાદર ! જો એ દુષ્ટ આદત બંધ કરી, સાત્ત્વિક, પૌષ્ટિક ખોરાક શરૂ કરો તો મહિનામાં પુનઃ સાજમાજ બની જાઓ. બાકી આમ રોદણું રડો અને ખાલી આશ્વાસન મેળવો તેથી કશો સક્રિય લાભ નહિ થાય. પુરૂષાર્થ તો કરવો જ જોઈએ.

*

(૨૨૨) સુરતના રમેશભાઈ

આપે પત્ર લખ્યો ત્યારે ઉંઘમાં તો નહોતાને ? માથા ઉપર વાળ ઉગે છે તેને કપાવી નાંખો છો છતાં ફરી ઉગે છે. તમને એ પસંદ ન હોય મૂળમાંથી કાઢવાનો ઉપાય માગો છો :

માનવીઓને માથામાં વાળ જ ઉગે એ તો આપ જાણો છો ! કોઈને માથે કાંઈ ઝાડ નથી ઉગતાં ! માટે વાળ તો તમે રોજ કઢાવશો તો રોજ ઉગવાના જ અને વાળંદલાઈઓને ખટાવવાના. મૂળમાંથી માથાના વાળ જાય તેવો ઉપાય હું નથી જાણતો. મળી જશે ઉપાય બતાવનાર વળી કોઈક, તે દિવસે મળની ટાલ પડશે માથામાં, જે ઝગારા મારતી હશે. વાળ ન ગમે તેને ટાલ ગમે. પણ તમારી ટાલ પાડતાં મને નથી આવડતી, એટલે હું તમને શું બતાવું ?

*

(૨૨૩) ‘અપૂર્ણ આહમી’—કલકત્તા

અહોહોહો ભાઈ ! કાગળનો પ્રારંભ પણ કેવો કર્યો ? તમે લખો છો કે પેન્સીલ ઉપાડતાં મૃત્યુને ભેટવાનું મન થઈ જાય છે ! એ વાંચીને મારું હૃદય ધ્રુજી ઉઠ્યું. અરે ભગવાન ! વળી આ મૃત્યુને ભેટનાર ક્યાંથી આવી પડ્યા ? ‘અહુરૂપી’માં એમના પ્રશ્નનો જવાબ પ્રગટ થાય ત્યાં સુધીમાં મૃત્યુને ભેટી ન પડે તો સારું. પણ પછી તો આગળ વાંચતાં આજના યુવાનોને લાગુ થયેલ પાગલતાના જેવા જ દરદી તમે જણાયા અને મારો જીવ ખાળે ખેડો.

વાત તમારી એમ છે કે તમે ૨૧ વર્ષના જુવાન છો અને માતાપિતાએ અગપણું કર્યું છે, એમાં તેમણે ખોટું શું કર્યું ? બલે

ક્યું-પણુ તમને પ્રશ્ન એ મુંઝવી રહ્યો છે કે તમારી જનનેન્દ્રિયની લ'આઈ પાંચ ઇંચની જ છે ! તેનું શું ? એથી તમે ગભરાઈ ગયા છો, મુંઝાઓ છો અને શરણે આવ્યા છો. પાહીમામ, પાહીમામ, પાહીમામ, પુકારતા ઘેઝાભાઈ ! કલેબ્બું કાણુમાં રાખો અને સાંભળોઃ કુદરતે જે આપ્યું છે તે બરાબર છે. થોડીક અપૂર્ણતા હશે તે પત્ની મળ્યા પછી દૂર થઈ જશે. ખાલી પાગલવેડા કરો નહિ. વાંદરાના ધાની માફક તમને કાંઈ જ નથી. છતાં નકામા હેરાન ન થાઓ, ક્યાંક છેતરાઈ પડશે અને પૈસાનું પાણી કરી 'ધાતુપુષ્ટિ'ના બજારમાં ફસાઈ જવાશે, વીરા ! તમારામાં જરીએ ઉણુપ નથી.

*

(૨૨૪) ગીરજશંકરભાઈ-મહુવા

બીડી પીવાથી નુકસાન થાય છે એવું તમે જાણો છો, મારા તરફથી અભિપ્રાય મળ્યો છે, પણ બીડી છોડી શકતા નથી. જ્યારે ને ત્યારે હાથમાં આંગળીઓ વચ્ચે બીડી પકડી પીધા કરવાનું આદત રૂપે થઈ ગયું છે. શું કરવું તેનો ઉપાય માગો છો.

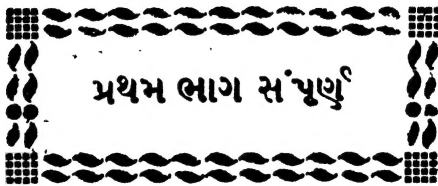
જાણુવા છતાં જે વ્યસન છોડી ન શકે તેનો ઉપાય શો ? મને લાગે છે કે તમે એમ કરોને ! તમે બીડીના જેવાં ખાલી કાગળનાં જુગળાં બનાવી રાખો અને રસ્તે ચાલતાં આંગળી વચ્ચે કાગળનું જુગળું રાખી આદત પ્રમાણે મોઢે લગાડો અને રસના ધુંટડા ઉતારો ! તમારા મનજીભાઈ રાજી થશે, હાથને આદત મળશે અને કાગળનાં જુગળાંમાંથી ધુમાડો નીકળવાનો નથી. લલા એમ પણ દિલ બહેલાવી શકે છે !

*

(૨૨૫) એન. શાહ-ભાવનગર

આખા શરીર ખુજલી આવે છે, તે માટે તમારે તેલ, મરચાં, મીઠું, બધ કરી મોળું ખાવું અને મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ પીવો સારો છે. મહામંજીષ્ઠાદિ ક્વાથ ક્ષાર્મસીઓમાંથી મળી શકે છે. જાતે કરવો હોય તો તેનો પાક 'રખે વહેમાતા'માં આપ્યો છે. તેમાંથી વાંચી નોંધ કરી લ્યો.

મેલેરીયાની સીઝનમાં કવીનાઇન લેવાયું હોય અને પુષ્કળ ગર-માઇ થઇ હોય તેણે દૂધ સારા પ્રમાણમાં પીવું, અને લીલી ગજોને રાત્રે માટીના વાસણમાં પલાળી સવારે તેનું હીમ કેટલાક દિવસો સુધી પીવાથી કવીનાઇનની ગરમાઇ નાબૂદ થાય છે. સાથે સંતરાં, મોસંબી, કેરી લેવાં. એ પણ આ પ્રકારની ઉષ્ણતા નાબૂદ કરવાનો સરસ ઉપાય છે.





વેદ. જા. ન. કૃત અમૂલ્ય પુસ્તકો



રબે વહેમાતા	૧-૮-૦
પુત્રદા ને પારણું	૨-૦-૦
નવદંપતીને	૧-૦-૦
સંતતિ સંયમન	૦-૬-૦
અનુભૂત યોગાવલી	૦-૮-૦
અંદ્રોદય એટલે શું ?	૦-૪-૦
શીતળા'	૦-૨-૦

પોસ્ટેજ અલગ

વગર નફે માત્ર પ્રચાર અર્થે
વેચાતાં અમૂલ્ય અને જીવનમાં
માર્ગ બતાવતાં આવાં પુસ્તકો
હરેક કુટુંબની લાયબ્રેરીમાં હોવાં જ
જોઈએ.



લખો:-

વિશાળ આપદ જાંડાર
પાટડી, જી. અમદાવાદ

: બાંચ :

સારંગપુર ચકલા, અમદાવાદ



શાસ્ત્રીય રીતે હાથખરલથી બનતી
આયુર્વેદિક દવાઓ માટે

વિશાળ ઔષધ ભંડાર

એ એક પ્રામાણિક સંસ્થા છે



ન્યાં વિદ્વાન અને ક્રિયાકુશળ વૈદ્યની
જાતીદેખરેખ નીચે દરેક જાતની ભસ્મો,
રસો, રસાયનો, અવલેહો, આસવો,
ગુટિકાઓ, ચૂર્ણો વગેરે સેંકડો દવાઓ
મશીનરીની સહાયતા વિના તૈયાર થાય છે.

દેશભરના વૈદ્ય ડાક્ટરો પોતાના
દવાખાનામાં વાપરે છે અને સેંકડો કુટુંબો
આ ઉત્તમ દવાઓ વાપરી ચૂક્યાં છે.
દવાની ઉત્તમતા માટે સર્ટિફિકેટો તથા
સોના રૂપાના ચાંદ સંમેલનો તથા
પ્રદર્શનોમાંથી મળ્યા છે.



સૂચીપત્ર મંગાવો

લખો:-

વિ શા જ ઔ ષ ધ ભં ડા ર
પા ટ ડી, જી. અ મ દા વા દ

: પ્લાંચ :

સારંગપુર ચકલા, અમદાવાદ

